

Г.ГОРНЯК ЛОКТЕВСКИЙ РАЙОН АЛТАЙСКИЙ КРАЙ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ГИМНАЗИЯ №3»

ПРИНЯТО

Руководитель ШМО
Л.А. Четыркина Четыркина Л.А..

Протокол № 1 от
«29» 08 2018 г.

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора
Г.В. Минаева Минаева Г.В.

30.08 дата

УТВЕРЖДЕНО

Приказ МБОУ «Гимназия №3»
от 31.08.2018 г.

№ 182



Рабочая программа учебного предмета
« Физическая культура» , 6 класс,
по адаптированной программе для детей
с легкой умственной отсталостью
на 2018-2019 учебный год

Составитель: Мищенко Татьяна Алексеевна,
учитель физической культуры,
первая категория

2018 год

Содержание:

1	Пояснительная записка	стр.3
2	Планируемые результаты освоения учебного предмета	стр.4
3	Содержание учебного предмета	стр.6
4	Тематическое планирование	стр.9
5	Учебно-методическое обеспечение реализации программы	стр.13
6	Материально-техническое обеспечение реализации программы	стр.13

1. Пояснительная записка

Рабочая программа разработана на основе календарного учебного графика на 2018/2019 учебный год, учебного плана на 2018/2019 учебный год. Программы специальных (коррекционных)

образовательных учреждений VIII вида для 5-9 классов под редакцией В.В.Воронковой, с учетом целей и задач адаптированной программы для детей с легкой умственной отсталостью МБОУ «Гимназия №3»

1.2. Используемый учебно-методический комплект:

1.Программа В.М. Мозгового под редакцией В.В. Воронковой для специальной (коррекционной) образовательной школы 8 вида: 5-9кл.: В1сб.М.: Гуманит. Изд.Центр ВЛАДОС,2012

1.3. Срок реализации программы – 1 год.

1.4. Место предмета в учебном плане: в учебном плане МБОУ «Гимназия №3» – 105 часа (из расчета-3часа в неделю)

1.5. Общая характеристика учебного предмета:

Физическое воспитание — неотъемлемая часть комплексной системы учебно-воспитательной работы в специальной (коррекционной) школе VIII вида (для детей с нарушениями интеллекта). Оно направлено на решение образовательных, воспитательных, коррекционно-компенсаторных и лечебно-оздоровительных задач.

Физическое воспитание осуществляется в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим воспитанием и трудовым обучением, занимает одно из ведущих мест в подготовке учащихся с ограниченными возможностями здоровья к самостоятельной жизни и производственному труду. Физическое воспитание способствует формированию положительных личностных качеств, является одним из средств успешной социальной интеграции детей в общество.

Характерной особенностью детей с ограниченными возможностями здоровья является наличие у них разнообразных нарушений психического и физического развития, обусловленных органическим поражением центральной нервной системы различной этиологии, возникающих на разных возрастных этапах индивидуального развития.

Нередко у детей встречаются стертые двигательные нарушения, которые могут быть незаметными в бытовых условиях, но проявляются при значительной физической нагрузке, в усложненных двигательных заданиях.

Двигательная недостаточность учащихся особенно возрастает при выполнении точно дозированных мышечных усилий, пространственно-временной организации моторного акта.

К характеристике физического развития добавляется недоразвитие интеллекта, в частности речи, что в свою очередь приводит к недостаточному осмыслению речевых инструкций и заданий, что требует дополнительного внимания учителя физической культуры как при организации учебной работы, так и спортивно-массовых внеклассных мероприятий с детьми.

Следует отметить, что среди учащихся специальной (коррекционной) школы VIII вида имеются дети с хорошо развитой моторикой. Это обуславливает необходимость учета и реализации строго дифференцированного и индивидуального подхода в обучении.

1.6. Основные цели и задачи

Целью физического воспитания в школе является содействие всестороннему развитию личности.

Укрепление здоровья, физического развития и повышение работоспособности учащихся;

Приобретение знаний в области гигиены, теоретических сведений по физкультуре;

Развитие и совершенствование двигательных умений и навыков;

Развитие чувства темпа и ритма, координации движений;

Формирование навыков правильной осанки в статических положениях и в движениях;

Усвоение учащимися речевого материала, используемого учителем на уроках по физической культуре.

В учебном плане на предмет физической культуры в 5 классе выделяется 3 учебных часа в неделю. Третий час физической культуры был добавлен для увеличения двигательной активности и развития физических качеств учащихся. Общее число часов за год обучения составляет 105 часов в каждом классе.

Программа по физической культуре для учащихся 5 классе структурно состоит из следующих разделов: гимнастика, легкая атлетика, лыжная подготовка, спортивные игры (волейбол, баскетбол), подвижные игры.

1.7. Формы организации образовательного процесса: индивидуальная, фронтальная, групповая, парная.

1.8. Ведущий вид деятельности: практико-ориентированный

1.9. Формы и способы проверки знаний:

- тесты

- принятие нормативов

1.11. Нормы оценки знаний, умений и навыков обучающихся

Положение о системе оценок, формах и порядке проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по итогам освоения АООП обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в МБОУ «Гимназия №3» - для всех детей с УО

2. Планируемые результаты освоения учебного предмета

2.1. Учащиеся в процессе изучения данного предмета должны:

знать/понимать:

что такое фигурная маршировка;
требования к строевому шагу;
как перенести одного ученика двумя различными способами;
фазы опорного прыжка;
простейшие правила судейства, бега, прыжков, метаний;
схему техники прыжка способом «перекат», «перекидной»;
правила передачи эстафетной палочки в легкоатлетических эстафетах;
как контролировать состояние организма с помощью измерений частоты пульса;
как правильно положить учебную лыжню;
температурные нормы для занятий на лыжах;
правила заливки льда;
как контролировать состояние организма по пульсу при занятиях конькобежным спортом;
наказания при нарушениях правил;
правила соревнования одиночных игр.

2.2 Уметь:

соблюдать интервал и дистанцию при выполнении упражнений в ходьбе;;
выполнять движения и воспроизводить их с заданной амплитудой без контроля зрения;;
изменять направление движения по команде;
выполнять опорный прыжок способом «согнув ноги» и «ноги врозь» с усложнениями (выше снаряд).;
проходить небольшие отрезки с максимальной скоростью;
бежать с переменной скоростью в течение 6 мин. В равномерном медленном темпе в течение 10-12 мин.,
подбирать разбег для прыжка;
метать малый мяч с полного разбега в коридор шириной 10м;
выполнять толкание набивного мяча со скачка;
выполнять поворот «упором»;
выполнять вход в поворот и выход из поворота;
вести мяч по корзине от груди в движении;
выполнять накаты справа (слева)

Учащиеся должны знать - понимать:

Роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, организации активного отдыха и профилактике вредных привычек;

основы формирования двигательных действий и развития физических качеств;

Способы закаливания организма и основные приемы само – массажа

Уметь:

Составлять и выполнять комплексы упражнений утренней и корригирующей гимнастики с учетом индивидуальных особенностей организма;

Выполнять акробатические, гимнастические, легкоатлетические упражнения, технические действия в спортивных играх;

Выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие физических качеств, адаптивной (лечебной) физической культуры с учетом состояния здоровья и физической подготовленности;

Осуществлять наблюдения за своим физическим развитием и индивидуальной физической подготовленностью, контроль за техникой выполнения двигательных действий и режимом физической нагрузки;

Соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений и проведении туристических походов;

Осуществлять судейство школьных соревнований одному из базовых видов спорта;

Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

Проведения самостоятельных занятий по формированию телосложения, коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движения. Включения занятий физической культурой и спортом в активный отдых и досуг.

Гимнастика и акробатика

Строевые упражнения. Перестроение из одной шеренги в две. Размыкание на вытянутые руки на месте (повторение) и в движении. Размыкание вправо, влево, от середины приставными шагами на интервал руки в стороны. Выполнение команд: «Шире шаг!». «Короче шаг!». Повороты кругом. Ходьба по диагонали.

Общеразвивающие и корригирующие упражнения без предметов:

- упражнения на осанку;
- дыхательные упражнения;
- упражнения в расслаблении мышц;
- основные положения движения головы, конечностей, туловища:

Общеразвивающие и корригирующие упражнения с предметами, на снарядах:

- с гимнастическими палками;
- с большими обручами;
- с малыми мячами;
- с набивными мячами;
- упражнения на гимнастической скамейке.

Упражнения на гимнастической стенке: прогибание туловища, взмахи ног.

Акробатические упражнения (элементы, связки, выполняются только после консультации врача):

- простые и смешанные висы и упоры;
- переноска груза и передача предметов;
- танцевальные упражнения;
- лазание и перелезание;
- равновесие;
- опорный прыжок;
- развитие координационных способностей, ориентировка в пространстве, быстрота реакций, дифференциация силовых, пространственных и временных параметров движений.

Лёгкая атлетика

Ходьба. Ходьба с изменением направлений по сигналу учителя. Ходьба скрестным шагом. Ходьба с выполнением движений рук на координацию. Ходьба с преодолением препятствий. Понятие о спортивной ходьбе. Ходьба с ускорением, по диагонали, кругом. Переход с ускоренной ходьбы на медленную по команде учителя.

Бег. Медленный бег с равномерной скоростью до 5 мин. Бег на 60 м с низкого старта. Эстафетный бег (встречная эстафета) на отрезках 30—50 м с передачей эстафетной палочки. Бег с преодолением препятствий (высота препятствий до 30—40 см). Беговые упражнения. Повторный бег и бег с ускорением на отрезках до 60 м. Эстафетный бег (100 м) по кругу. Бег с ускорением на отрезке 30 м, бег на 30 м (3—6 раз); бег на отрезке 60 м — 2 раза за урок. Кроссовый бег 300—500 м.

Прыжки. Прыжки на одной ноге, двух ногах с поворотом направо, налево, с движением вперед. Прыжки на каждый 3-й и 5-й шаг в ходьбе и беге. Прыжок в длину с разбега способом "согнув ноги" с ограничением отталкивания в зоне до 80 см. Отработка отталкивания. Прыжок в высоту с разбега способом "перешагивание", отработка отталкивания.

Метание. Метание малого мяча в вертикальную цель шириной 2 м на высоте 2—3 м и в мишень диаметром 100 см с тремя концентрическими кругами из различных исходных положений. Метание малого мяча на дальность отскока от стены и пола. Метание малого мяча на дальность

способом из-за головы через плечо с 4—6 шагов разбега. Толкание набивного мяча весом 2 кг с места в сектор стоя боком.

Лыжная подготовка

Подвижные и спортивные игры

Пионербол. Передача мяча сверху двумя руками над собой и в парах сверху двумя руками. Подача, нижняя прямая (подводящие упражнения). Игра "Мяч в воздухе". Дальнейшая отработка ударов, розыгрыш мяча, ловля мяча. Учебная игра. Общие сведения о волейболе, расстановка игроков, перемещение по площадке. Стойки и перемещение волейболистов.

Баскетбол. Закрепление правил поведения при игре в баскетбол. Основные правила игры. Остановка шагом. Передача мяча двумя руками от груди с места и в движении шагом. Ловля мяча двумя руками на месте на уровне груди. Ведение мяча одной рукой на месте и в движении шагом. Бросок мяча по корзине двумя руками снизу и от груди с места. Подвижные игры с элементами баскетбола "Не давай мяча водящему", "Мяч ловцу", "Борьба за мяч". Эстафеты с ведением мяча. Сочетание приемов: бег — ловля мяча — остановка шагом — передача двумя руками от груди. Бег с ускорением до 10 м (3—5 повторений за урок). Упражнения с набивными мячами весом до 1 кг. Прыжки со скакалкой до 1 мин. Выпрыгивание вверх (до 8—15 раз).

Мини-футбол (3 часа). Закрепление правил поведения. Ведение мяча одной ногой. Игра «в пас». Удары по воротам. Учебная игра.

Подвижные игры и игровые упражнения:

- коррекционные;
- с элементами общеразвивающих упражнений, лазанием, перелезанием, акробатикой, равновесием;
- с бегом на скорость;
- с прыжками в высоту, длину;
- с метанием мяча на дальность и в цель;
- с элементами пионербола, волейбола и мини-футбола;
- с элементами баскетбола;
- игры на снегу, льду

2.4. Контрольно-измерительные материалы взяты из УМК:

1. Программа В.М. Мозгового под редакцией В.В. Воронковой для специальной (коррекционной) образовательной школы 8 вида: 5-9кл.: В1сб.М.: Гуманит. Изд.Центр ВЛАДОС, 2012

2. Матвеев А.П. Физическая культура. 5 класс: учеб. Для общеобразоват. Учреждений / А.П.Матвеев; Рос. Акад. Наук, Рос. Акад. Образования, изд-во «Просвещение». – 4-е изд. – М.: Просвещение, 2011. – 95с.

3.Содержание учебного предмета

Программа по физкультуре для 5 - 9 классов VIII вида структурно состоит из следующих разделов: гимнастика, легкая атлетика, лыжная подготовка, спортивные игры.

Такое распределение материала позволяет охватить основные направления физкультуры как учебного предмета в школе с учетом климатических условий. Вместе с тем предлагаемая структура и содержание разделов не ограничивают учителя физкультуры в том, чтобы дополнить или изменить содержание программы в тех или иных ее разделах. При внесении изменений или дополнений в программу учителю следует тщательно продумать весь комплекс учебно-методических задач для каждого этапа обучения в 5 - 9 классах, имея в виду прежде всего охрану жизни и здоровья учащихся, коррекционную направленность обучения, а также материально-техническое оснащение школы, в частности уроков физкультуры. Изменения, вносимые в программу, требуют согласования с врачом и администрацией, они должны быть утверждены пед. советом школы.

В раздел «Гимнастика» включены физические упражнения, которые позволяют корректировать различные звенья опорно-двигательного аппарата, мышечные группы.

На занятиях учащиеся должны овладеть доступными им простейшими видами построений.

Построения и перестроения трудны для данной категории детей из-за нарушений ориентировки в пространстве.

Несмотря на трудность усвоения пространственно-двигательных упражнений, они должны быть обязательным элементом каждого урока.

Упражнения общеразвивающего и корригирующего характера дают возможность воздействовать не только на весь организм ребенка, но и на ослабленные группы мышц. Наряду с упражнениями в исходных положениях сидя — стоя даются упражнения в исходных положениях лежа для разгрузки позвоночника и более избирательного воздействия на мышцы туловища.

Упражнения такого рода оказывают положительное влияние на сердечнососудистую, дыхательную и нервную системы. Они помогают учащимся овладевать комплексом движений, выполнять их с данной амплитудой, в соответствующем направлении, темпе, ритме. Учитель должен постоянно регулировать физическую нагрузку подбором упражнений, изменением исходных положений, числом повторений, интенсивностью и последовательностью их выполнений. С учетом физического развития детей и специальных задач обучения в программе есть самостоятельный раздел с перечнем упражнений, направленных на коррекцию дыхания, моторики, осанки и др.

В связи с затруднениями в пространственно-временной ориентировке и значительными нарушениями точности движений обучающихся в программу включены также упражнения с предметами: гимнастические палки, флажки, малые и большие обручи и скакалки.

На уроках с элементами гимнастики дети с ОВЗ должны овладеть навыками лазанья и перелезания.

Упражнения в лазанье и перелезании — эффективное средство для развития силы и ловкости, совершенствования навыков координации и равновесия. Эти упражнения оказывают положительное влияние на преодоление страхов высоты, пространства, помогают развитию положительной самооценки, регулируют эмоциональные и поведенческие реакции детей.

Упражнения в поднимании и переноске грузов включаются в урок с целью обучения детей навыкам подхода к предмету с нужной стороны, правильному захвату его для переноски, умениям нести, точно и мягко опускать предметы. Такими предметами могут быть мячи, гимнастические палки, обручи, скамейки, маты и др.

Раздел «Легкая атлетика» традиционно включает ходьбу, бег, прыжки, метание. Занятия легкой атлетикой помогают формированию таких жизненно важных двигательных навыков, как правильная ходьба, бег, прыжки и метание. Обучение элементам легкой атлетики и их совершенствование должно осуществляться на основе развития у детей быстроты, ловкости, гибкости, силы, выносливости, быстроты реакции.

Упражнения в ходьбе и беге широко используются на уроках физкультуры не только в коррекционных, но и в оздоровительно-лечебных целях.

Особое место в данном разделе уделено метанию, так как при выполнении упражнений в метании у детей развиваются точность, ловкость действий с предметами, глазомер. Школьники учатся правильному захвату мяча (равномерно и с достаточной силой), умению технически правильно выполнять бросок, распределять внимание на захват мяча, на соизмерение полета мяча с ориентиром.

Раздел «Лыжная подготовка» позволяет укрепить здоровье детей в зимний период, сократить количество заболеваний, характерных для этого времени года. Кроме того, лыжная подготовка включает весь необходимый комплекс для развития движений, осанки, дыхания, координации, моторики и др.

Одним из важнейших разделов программы является раздел «Спортивные игры». На данный раздел в программе предусмотрено 16 часов. В него включены подвижные игры, направленные на развитие двигательных и физических навыков детей. Благодаря играм у детей развиваются такие психические свойства, как внимание и внимательность, сообразительность, инициативность. Игры способствуют коллективным действиям, благоприятно сказываются на эмоциональных отношениях детей друг с другом, между группами детей.

Обязательным в программе является примерный перечень знаний, умений и навыков, которыми должны овладеть учащиеся на уроках физической культуры: о значении самоконтроля, о влиянии физических упражнений на организм человека, об основах спортивной техники изучаемых упражнений.

В школе для детей с ограниченными возможностями здоровья основной формой организации занятий по физической культуре является урок. Так же как и на других предметных уроках, учитель использует такие приемы, как объяснение, показ, упражнение, закрепление (в форме тренировочных занятий), оценку (похвалу, поощрение, порицание) с учетом конкретного

содержания и целей проводимых уроков. Желательно, чтобы каждый урок включал элементы игры, занимательности, состязательности, что значительно стимулирует интерес детей к урокам физкультуры. Названные выше приемы и элементы особенно необходимы детям с более сложной структурой интеллектуального недоразвития. Здесь важен пример самого учителя, его сотрудничество с ребенком, умелое коммуникативное взаимодействие сильных и слабых учащихся так, чтобы все дети были охвачены вниманием и помощью педагога.

Раздел учебного предмета	Количество часов	Из них		
		Контроль н ые работы	Лаборатор ные работы	Практически е работы
Легкая атлетика	33			
Подвижные и спортивные игры	30			
Гимнастика и акробатика	12			
Лыжная подготовка	30			
итого	105			

4. Тематическое планирование

№ п.п	дата		Тема урока
	план	факт	
Раздел «Легкая атлетика»-18ч.			
1/1	3.09		Вводный инструктаж по Т.Б. на уроках физической культуры. Ходьба с выполнением движений
2/2	3.09		Ходьба с изменением направлений по сигналу учителя
3/3	5.09		Ходьба с изменением направлений по сигналу учителя
4/4	10.09		Медленный бег с равномерной скоростью
5/5	10.09		Бег -60 м.с низкого старта
6/6	12.09		Бег – 60 м. с учетом времени
7/7	17.09		Повторный бег и бег с ускорением на отрезках 60м
8/8	17.09		Бег с ускорением на отрезке 30м
9/9	19.09		Бег 30 м. с учетом времени
10/10	24.09		Прыжки через скакалку на месте в различном темпе
11/11	24.09		Прыжки через скакалку на месте в различном темпе
12/12	26.09		Прыжки в ходьбе и беге
13/13	1.10		Прыжки в ходьбе и беге
14/14	1.10		Прыжки в длину с места
15/15	3.10		Прыжки в длину с места
16/16	8.10		Метание малого мяча на дальность отскока от стены и пола
17/17	8.10		Метание мяча на дальность через плечо с 4 – 6 шагов с разбега
18/18	10.10		Метание мяча на дальность через плечо с 4 – 6 шагов с разбега
Раздел «Подвижные и спортивные игры» -15ч.			
19/1	15.10		Общие сведения о волейболе, расстановка игроков. Перемещение по площадке Пионербол
20/2	15.10		Перемещение по площадке Пионербол
21/3	17.10		Пионербол. Передача мяча сверху двумя руками над собой и в парах
22/4	22.10		Пионербол. Передача мяча сверху двумя руками над собой и в парах
23/5	22.10		Пионербол. Передача мяча сверху двумя руками над собой и в парах
24/6	24.10		Пионербол – подача, нижняя прямая. Игра: «Мяч в воздухе»
25/7	7.11		Пионербол – подача, нижняя прямая. Игра: «Мяч в воздухе»
26/8	12.11		Баскетбол. Закрепление правил поведения при игре в баскетбол. Основные правила игры. Остановка шагом
27/9	12.11		Передача мяча двумя руками от груди с места и в движении шагом
28/10	14.11		Ловля мяча двумя руками на месте на уровне груди. Ведение мяча одной рукой на месте и в движении шагом

29/11	19.11		Бросок мяча по корзине двумя руками снизу и от груди с места. Подвижные игры с элементами баскетбола' "Не давай мяча водящему"
30/12	19.11		Подвижные игры с элементами баскетбола' "Мяч ловцу", "Борьба за мяч"
31/13	21.11		Подвижные игры с элементами баскетбола' "Мяч ловцу", "Борьба за мяч"
32/14	26.11		Подвижные игры с элементами баскетбола' "Мяч ловцу", "Борьба за мяч"
33/15	26.11		Эстафеты с ведением мяча
Раздел «Гимнастика и акробатика»-12ч.			
34/1	28.11		Т.Б. на уроках физической культуры Строевые упражнения – перестроение из одной шеренги в две. Повороты кругом
35/2	3.12		Строевые упражнения – перестроение из одной шеренги в две. Повороты кругом
36/3	3.12		Общеразвивающие и корригирующие упражнения без предметов
37/4	5.12		Общеразвивающие и корригирующие упражнения без предметов
38/5	10.12		Общеразвивающие и корригирующие упражнения с гимнастическими палками
39/6	10.12		Общеразвивающие и корригирующие упражнения с гимнастическими палками
40/7	12.12		Акробатические упражнения: равновесие и опорный прыжок
41/8	17.12		Акробатические упражнения: равновесие и опорный прыжок
42/9	17.12		Акробатические упражнения: равновесие и опорный прыжок
43/10	19.12		Переноска груза и передача предметов
44/11	24.12		Переноска груза и передача предметов
45/12	24.12		Переноска груза и передача предметов
Раздел «Лыжная подготовка»-30ч.			
46/1	26.12		Техника безопасности во время занятий лыжной подготовкой.
47/2	14.01		Построение в одну колонну. Передвижение на лыжах под рукой
48/3	14.01		Передвижение с лыжами попеременным двухшажным ходом
49/4	16.01		Передвижение ступающим и скользящим шагом по лыжне
50/5	21.01		Передвижение ступающим и скользящим шагом по лыжне
51/6	21.01		Спуск со склонов в низкой стойке, в основной стойке
52/7	23.01		Подъем по склону наискось и прямо «лесенкой»
53/8	28.01		Подъем по склону наискось и прямо «лесенкой»
54/9	28.01		Подъем по склону наискось и прямо «лесенкой»
55/10	30.01		Передвижение на лыжах в медленном темпе на отрезке 40-60 м
56/11	4.02		Передвижение на лыжах в медленном темпе на отрезке 40-60 м
57/12	4.02		Передвижение на лыжах в медленном темпе на отрезке 40-60 м

			м
58/13	6.02		Передвижение с лыжами на плече, поворот на лыжах вокруг носков лыж
59/14	11.02		Передвижение с лыжами на плече, поворот на лыжах вокруг носков лыж
60/15	11.02		Игра «Кто дальше», «Быстрый лыжник»
61/16	13.02		Игра «Кто дальше», «Быстрый лыжник»
62/17	18.02		Игра «Кто дальше», «Быстрый лыжник»
63/18	18.02		Игра «Кто дальше», «Быстрый лыжник»
64/19	20.02		Игра «Кто быстрее», «Пятнашки простые»
65/20	25.02		Игра «Кто быстрее», «Пятнашки простые»
66/21	25.02		Игра «Кто быстрее», «Пятнашки простые»
67/22	27.02		Игра «Кто быстрее», «Пятнашки простые»
68/23	4.03		Передвижение на лыжах до 2 км
69/24	4.03		Передвижение на лыжах до 2 км
70/25	6.03		Передвижение на лыжах до 2 км
71/26	11.03		Передвижение на лыжах до 2 км
72/27	11.03		Передвижение на лыжах до 2 км
73/28	13.03		Передвижение на лыжах до 2 км
74/29	18.03		Передвижение на лыжах до 2 км
75/30	18.03		Передвижение на лыжах до 2 км
Раздел «Подвижные и спортивные игры»-15ч.			
76/1	20.03		Правила игры в мини-футбол
77/2	25.03		Игра мини-футбол
78/3	25.03		Игра мини-футбол
79/4	27.03		Игра мини-футбол
80/5	1.04		Игра мини-футбол
81/6	1.04		Баскетбол – передача, ведение и ловля мяча. Игра: «Мяч ловцу»
82/7	3.04		Баскетбол – передача, ведение и ловля мяча. Игра: «Мяч ловцу»
83/8	8.04		Баскетбол – передача, ведение и ловля мяча. Игра: «Мяч ловцу»
84/9	8.04		Эстафета с ведением мяча
85/10	10.04		Эстафета с ведением мяча
86/11	15.04		Эстафета с ведением мяча
87/12	15.04		Учебная игра: баскетбол
88/13	17.04		Подвижная игра с элементами метания: «Лапта»
89/14	22.04		Подвижная игра с элементами метания: «Лапта»
90/15	22.04		Учебная игра: баскетбол
Раздел «Легкая атлетика»-15			
91/1	24.04		Бег с преодолением препятствий.

92/2	29.04		Эстафетный бег (встречная эстафета)
93/3	29.04		Беговые упражнения
94/4	6.05		Беговые упражнения
95/5	6.05		Беговые упражнения
96/6	8.05		Прыжки через скакалку – 30 с
97/7	8.05		Прыжки с упражнениями
98/8	13.05		Бег в равномерном темпе
99/9	13.05		Бег с препятствиями
100/10	15.05		Беговые упражнения
101/11	20.05		Бег в равномерном темпе
102/12	20.05		Бег с преодолением препятствий
103/13	22.05		Кроссовый бег -300 м
104/14	27.05		Кроссовый бег – 500 м
105/15	27.05		Бег с ускорением – 60 м
итого	105		

5. Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса

УМК:

1.Программа В.М. Мозгового под редакцией В.В. Воронковой для специальной (коррекционной) образовательной школы 8 вида: 5-9кл.: В1сб.М.: Гуманит. Изд.Центр ВЛАДОС,2012

6.Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

- | | |
|----|---------------------------------------|
| 1 | Щит баскетбольный игровой |
| 2 | Стенка гимнастическая |
| 3 | Скамейки гимнастические |
| 4 | Стойки волейбольные |
| 5 | Бревно гимнастическое напольное |
| 6 | Перекладина гимнастическая пристенная |
| 7 | Канат для лазания |
| 8 | Обручи гимнастические |
| 9 | Комплект матов гимнастических |
| 10 | Перекладина навесная универсальная |
| 11 | Набор для подвижных игр |
| 12 | Аптечка медицинская |
| 13 | Мячи футбольные |
| 14 | Мячи баскетбольные |
| 15 | Мячи волейбольные |
| 16 | Сетка волейбольная |
| 17 | Фишки |
| 18 | Секундомер |