

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и молодёжной политики Свердловской области
Управление образования Администрации
Сысертского муниципального округа
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 10» д.Большое Седельниково

РАССМОТРЕНА

методическим
объединением учителей
физической культуры и
ОБЗР

Руководитель ШМО


Филиппова В.В.
Протокол № 5 от 06.06.2025.

СОГЛАСОВАНА

заместитель директора
по УВР


Сирина Н.А.

УТВЕРЖДЕНА

директор


Дзюба О.В.
Приказ № 54-ОД от
18.06.2025.

АДАптированная рабочая программа

учебного предмета «Физическая культура»
для обучающихся 1 класса

Год обучения: 1
кол-во часов в неделю - 3; кол-во часов в год - 99

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее ФАООП УО, вариант (1), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. №1026

(<http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202212300059>) и адресована обучающимся с нарушением интеллекта с учетом реализации особых образовательных потребностей.

Учебный предмет «Адаптивная физическая культура» относится к предметной области «Физическая культура» и является обязательной частью учебного плана. В соответствии с учебным планом рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 1 классе рассчитана на 34 учебные недели и составляет 99 часов в год (3 часа в неделю).

Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа определяет цель и задачи учебного предмета «Адаптивная физическая культура».

Цель обучения – всестороннее развитие личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в процессе приобщения их к физической культуре, коррекция недостатков психофизического развития, расширение индивидуальных двигательных возможностей, социальной адаптации.

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 1 классе определяет следующие задачи:

- формирование умения готовиться к уроку;
- формирование представления о колонне, шеренге;
- формирование умения выполнять простейшие строевые действия в колонне и шеренге;
- формирование умения ходить и бегать в различном темпе и определенном ритме;
- формирование умения подпрыгивать на двух ногах и на одной ноге, мягко приземляться в прыжках;
- формирование умения подлезать, пролезать и перелезать через препятствие;
- формирование умения правильно брать контрастные по величине и форме предметы, передавать и переносить их;
- формирование умения действовать целенаправленно в подвижных играх под руководством учителя;
- воспитание доброжелательного отношения к товарищам, смелости во время выполнения физических упражнений.

II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

Урочные занятия направлены на углубленное и индивидуальное обучение базовым двигательным действиям.

Обучение адаптивной физической культуре носит практическую направленность и тесно связано с другими учебными предметами, жизненными ситуациями.

Программой предусмотрены следующие виды работы:

- беседы о содержании и значении физических упражнений для повышения качества здоровья и коррекции нарушенных функций;
- выполнение физических упражнений на основе показа учителя;
- выполнение физических упражнений без зрительного сопровождения, под словесную инструкцию учителя;
- формирование двигательных умений и навыков в процессе подвижных игр.

Урочные занятия по «Адаптивной физической культуре» осуществляются при использовании различных методов:

- формирования знаний (методы слова (информация речевого воздействия) и методы наглядности (информация перцептивного воздействия);
- обучения двигательным действиям (дробление и последовательное освоение частей целостного упражнения);
- развития физических качеств и способностей (для развития скоростных качеств (быстроты) — повторный, игровой, вариативный (контрастный), сенсорный методы;
- для развития выносливости — равномерный, переменный, повторный, игровой методы;
- для развития координационных способностей - элементы новизны в изучаемом физическом упражнении (изменение исходного положения, направления, темпа, усилий, скорости, амплитуды, привычных условий и др.);
- симметричные и асимметричные движения;
- релаксационные упражнения, смена напряжения и расслабления мышц;
- упражнения на реагирующую способность (сигналы разной модальности на слуховой и зрительный аппарат);
- упражнения на раздражение вестибулярного аппарата (повороты, наклоны, вращения, внезапные остановки, упражнения на ограниченной, повышенной или подвижной опоре);
- упражнения на точность различения мышечных усилий, временных отрезков и расстояния (использование тренажеров для «прочувствования» всех параметров движения, предметных или символических ориентиров, указывающих направление, амплитуду, траекторию, время движения, длину и количество шагов);
- упражнения на дифференцировку зрительных и слуховых сигналов по силе, расстоянию, направлению;
- воспроизведение заданного ритма движений (под музыку, голос, хлопki и т. п.);
- пространственная ориентация на основе кинестетических, тактильных, зрительных, слуховых ощущений (в зависимости от сохранности сенсорных систем);

– упражнения на мелкую моторику кисти (жонглирование предметами, пальчиковая гимнастика и др.);

– парные и групповые упражнения, требующие согласованности совместных действий.

Эффективным методом комплексного развития физических качеств, координационных способностей, эмоционально-волевой и психической сферы лиц с ограниченными возможностями являются следующие методы:

– игровой;

– воспитания личности;

– взаимодействия педагога и обучающихся.

Использование разнообразных средств и методов адаптивной физической культуры служат стимулятором повышения двигательной активности, здоровья и работоспособности, способом удовлетворения потребности в эмоциях, движении, игре, общении, развития познавательных способностей, следовательно, являются фактором гармоничного развития личности, что создает реальные предпосылки социализации.

| № п/п | Название раздела, темы | Количество часов |
|-------|------------------------------|---------------------|
| 1 | Знания о физической культуре | В процессе обучения |
| 2 | Гимнастика | 30 |
| 3 | Легкая атлетика | 36 |
| 4 | Игры | 33 |
| | Итого | 99 |

III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты

– принятие социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;

– принятие себя как обучающегося, заинтересованного посещением занятий адаптивной физической культурой в условиях спортивного зала, на спортивной площадке (на открытом воздухе);

– формирование способности к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей.

Уровни достижения

предметных результатов по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» на конец 1 класса

Предметные результаты

минимальный уровень

• сформировать первоначальные представления о значении физической культуры для укрепления здоровья человека;

• уметь выполнять простые инструкции учителя;

• иметь представление о видах двигательной деятельности;

• уметь выполнять комплекс упражнений с помощью учителя;

- овладевать начальными двигательными навыками бега, прыжков и метания.

достаточный уровень

- сформировать первоначальные представления о значении физической культуры для укрепления здоровья человека;

- сформировать навыки наблюдения за своим физическим состоянием;

- овладевать элементарными представлениями об основных физических качествах (сила, быстрота, выносливость, координация, гибкость).

- знать основные правила поведения и техники безопасности на уроке;

- уметь выполнять команды учителя по словесной инструкции;

- уметь выполнять упражнения для разминки;

- уметь сочетать дыхание с движением во время бега;

- уметь держать постоянный темп в беге;

- уметь пробежать от 300 до 500 м без остановки.

Примерные планируемые результаты формирования базовых учебных действий (БУД):

Личностные учебные действия:

На основе общих представлений и отдельных понятий (знаниевый компонент):

- осознает себя как ученика, заинтересованно посещением школы, обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга;

- способен к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятию соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;

- положительно относится к окружающей действительности, выражает готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию;

- имеет целостный социально ориентированный взгляд на мир в единстве его природной и социальной частей;

- проявляет частичную самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей;

- понимает личную ответственность за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в современном обществе;

- проявляет готовность к безопасному и бережному поведению в природе и обществе.

Коммуникативные учебные действия:

Во взаимодействии, организованным по инициативе взрослого или учителя может:

- вступать в контакт и работать в коллективе (учитель–ученик, ученик–ученик, ученик–класс, учитель–класс);

- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;

- обращаться за помощью и принимать помощь;

- слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;
- сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми;
- договариваться и изменять свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях взаимодействия с окружающими.

Регулятивные учебные действия:

В совместной со взрослым или учителем деятельности может:

- адекватно соблюдать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. д.);
- принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;
- активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;
- соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать ее с учетом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учетом выявленных недочетов.

Познавательные учебные действия:

В совместной, организованной учителем учебной деятельности может:

- выделять некоторые существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов;
- устанавливать видо-родовые отношения предметов;
- делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;
- пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями;
- читать; писать; выполнять арифметические действия;
- наблюдать за предметами и явлениями окружающей действительности;
- работать с несложной по содержанию и структуре информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу, предъявленных на бумажных и электронных и других носителях).

IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

| № | Тема предмета | Кол-во часов | Программное содержание | Дифференциация видов деятельности | |
|--------------------------------|---|--------------|--|--|--|
| | | | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| Легкая атлетика– 31 час | | | | | |
| 1 | Чистота одежды и обуви. Подготовка к уроку физической культуры | 1 | Беседа о содержании занятий и требованиях к их организации. Выполнение комплекса физкультминутки. Ознакомление с построением парами | Слушают инструктаж и отвечают односложно на вопросы учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Выполняют комплекс физкультминутки. Строятся парами под контролем учителя | Слушают инструктаж и отвечают на вопросы учителя, самостоятельно готовятся к уроку физической культуры (одевают и убирают физкультурную форму). Выполняют комплекс физкультминутки. Строятся парами самостоятельно |
| 2 | Правила поведения на уроках физической культуры. Построение в колонну по одному, равнение в затылок | 1 | Тренировочные упражнения в быстром переодевании и аккуратном складывании одежды. Ознакомление с построением в колонну. Передвижение в колонне в спортивный зал. Ознакомление с правилами поведения на уроках физической культуры. Разучивание подвижной игры с элементами общеразвивающих упражнений | Переодевают и складывают форму с помощью учителя. Выполняют общее построение под контролем учителя. Передвигаются к месту занятий. Слушают объяснение и рассматривают помещение и оборудование спортивного зала (с помощью учителя). Слушают инструктаж и зрительно воспринимают образец поведения на уроках | Самостоятельно готовятся к уроку. Выполняют построение в колонну по указанию учителя. Передвигаются в колонне за учителем. Слушают объяснение и рассматривают помещение и оборудование спортивного зала. Слушают инструктаж и зрительно воспринимают образец поведения на уроках физической культуры |

| | | | | | |
|---|--|---|--|---|---|
| | | | | физической культуры (техника безопасности). Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | (техника безопасности). Играют в подвижную игру по инструкции учителя |
| 3 | Построение в шеренгу по одному. Ходьба парами по кругу, взявшись за руки | 1 | Ознакомление с построением с организованным построением в шеренгу по сигналу учителя. Ознакомление с построением и передвижением парами. Повторение подвижной игры элементами общеразвивающих упражнений | Выполняют простые виды построений, осваивают на доступном уровне строевые действия в шеренге и колонне (с помощью учителя). Ходят парами по кругу, взявшись за руки под контролем учителя | Выполняют построения и перестроения в шеренгу, колонну, круг, осваивают строевые действия в шеренге и колонне. Ходят парами по кругу, взявшись за руки; выполняют ходьбу в колонне по одному в обход зала за учителем |
| 4 | Ходьба в медленном и быстром темпе | 1 | Выполнение построений в шеренгу и колонну. Ознакомление с ходьбой в различном темпе. Выполнение комплекса утренней гимнастики. Ознакомление с подвижной игрой с бегом | Выполняют построение в шеренгу и колонну, ориентируясь на образец выполнения обучающимися 2 группы. Осваивают и выполняют ходьбу в умеренном темпе. Выполняют 3-4 упражнения комплекса. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Выполняют построение в шеренгу и колонну. Осваивают и выполняют ходьбу в медленном (умеренном), среднем и быстром темпе с сохранением правильной осанки, в затылок друг другу и осуществление зрительного контроля за дистанцией. Выполняют комплекс утренней гимнастики. Играют в подвижную игру после инструкции и показа учителя |

| | | | | | |
|---|---|---|--|--|---|
| 5 | Ходьба по прямой линии на носках и пятках на внутреннем и внешнем своде стопы | 1 | Ознакомление с игровыми задания на построение и перестроения. Выполнение ходьбы в различном темпе. Освоение разновидностей ходьбы. Выполнение комплекса утренней гимнастики. Подвижная игра с прыжками | Выполняют игровые задания (с помощью учителя). Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Выполняют игровые задания. Осваивают и выполняют ходьбу по прямой линии на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы с сохранением равновесия на ограниченной поверхности. Играют в подвижную игру по показу учителя |
| 6 | Перебежки группами и по одному 15-20 м | 1 | Выполнение построения в шеренгу. Освоение общеразвивающих упражнений. Выполнение перебежек группами и по одному. Закрепление правил техники безопасности во время выполнения упражнений в паре, группе. Ознакомление с подвижной игрой с элементами общеразвивающих упражнений | Выполняют построение в шеренгу (с помощью учителя). Осваивают перебежки по одному, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Выполняют построение в шеренгу по сигналу учителя. Выполняют перебежки группами и по одному 15-20 м, соблюдают правила безопасности. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений после показа учителем. Играют в подвижную игру после инструкции и показа учителя |
| 7 | Бег в медленном темпе, чередующийся с ходьбой | 1 | Выполнение построений в шеренгу, в колонну по одному. Освоение бега в медленном темпе, чередование ходьбы и бега. Выполнение | Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- | Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно- |

| | | | | | |
|---|-------------------------------------|---|--|--|--|
| | | | упражнений на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища. Коррекционная игра на развитие точности движений | ориентиров для выполнения построений и перестроений. Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют основные положения и движения рук, ног, головы, туловища с наименьшим количеством раз. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | пространственные опоры. Выполняют упражнения на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища. Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп, дистанцию во время движения, удерживая правильную осанку во время ходьбы. Играют в подвижную игру после инструкции |
| 8 | Бег с сохранением правильной осанки | 1 | Беседа о правильной осанке. Освоение бега с сохранением правильной осанки. Выполнение общеразвивающих упражнений с малыми мячами. Подвижная игра с бегом | Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор-ориентиров для выполнения построений и перестроений. Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют основные положения и движения рук, ног, головы, туловища с наименьшим количеством раз. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Выполняют упражнения на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища. Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп, дистанцию во время движения, удерживая правильную осанку во время ходьбы. Играют в подвижную игру после инструкции |

| | | | | | |
|----|--|---|--|---|---|
| 9 | Бег в колонне за учителем в заданном направлении | 1 | Освоение построения и передвижения за учителем в колонне. Освоение построения в круг. Выполнение упражнений с флажками. Подвижная игра с прыжками | Выполняют медленный бег за наиболее физически развитым обучающимся из 2 группы, ориентируясь на его пример (образец). Осваивают упражнения с флажками, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Выполняют бег в колонне в заданном направлении, сохранение дистанции, равнение в затылок. Выполняют упражнения с флажками по показу учителя. Играют в подвижную игру после инструкции |
| 10 | Прыжки на двух ногах | 1 | Освоение прыжков на двух ногах. Выполнение упражнений для укрепления мышц ног. Подвижная игра с элементами лазания | Выполняют прыжки после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий). Выполнение упражнений для укрепления мышц ног с наименьшим количеством раз. Участвуют в подвижной игре | Выполняют прыжки после инструкции и показа учителя. Выполнение упражнений для укрепления мышц ног по показу учителя. Играют в подвижную игру после инструкции и показа учителя |
| 11 | Прыжки на одной ноге на месте | 1 | Подвижная игра с элементами перестроений. Выполнение бега в чередовании с ходьбой. Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений. Различение правой и левой ноги. Выполнение | Участвуют в подвижной игре. Выполняют бег в чередовании с ходьбой под контролем учителя. Выполняют 4-5 упражнений комплекса. Выполняют | Играют в подвижную игру. Выполняют бег в чередовании с ходьбой. Прыгают на двух ногах на месте после инструкции и показа учителя |

| | | | | | |
|----|-----------------------------------|-----|---|---|--|
| | | | подпрыгиваний на одной ноге, сохранение равновесия. Подвижная игра с бросками и ловлей | прыжки после инструкции и неоднократного показа учителя | |
| 12 | Прыжки продвижением вперед, назад | с 1 | Ознакомление с общеразвивающими упражнениями с малыми мячами. Ориентирование в направлении движений. Выполнение несколько подпрыгиваний подряд в заданном направлении. Подвижная игра с метанием | Выполняют общеразвивающие упражнения наименьшее количество раз. Ориентируются в направлении движений с помощью педагога. Прыгают на двух ногах с продвижением вперед. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Выполняют общеразвивающие упражнения после инструкции и по показу педагога. Выполняют прыжки в заданном направлении, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Играют в подвижную игру по показу учителя |
| 13 | Прыжки продвижением вправо, влево | с 1 | Выполнение комплекса упражнений с малыми мячами. Ориентирование в пространстве в процессе выполнения прыжков с продвижением в заданном направлении, с сохранением устойчивого равновесия. Подвижная игра с элементами строевых команд | Выполняют 4-5 упражнений комплекса. Прыгают на двух ногах с продвижением вправо, влево с помощью педагога. Участвуют в подвижной игре по показу учителя | Выполняют комплекс упражнений. Прыгают с продвижением вправо, влево, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя |
| 14 | Прыжки через начерченную линию | 1 | Выполнение бега в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Беседа о значении утренней зарядки. Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений типа | Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Отвечают на вопросы | Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Отвечают на вопросы целым предложением. Выполняют |

| | | | | | |
|----|---------------------------|---|--|--|--|
| | | | зарядки. Выполнение прыжковых упражнений, сохраняя равновесие при приземлении. Подвижная игра на внимание | односложно. Выполняют построение в круг с помощью учителя. Перепрыгивают через начерченную линию, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Участвуют в игре по инструкции | построение в круг и комплекс утренней зарядки по инструкции учителя. Перепрыгивают через начерченную линию после инструкции и показа учителя |
| 15 | Прыжки через шнур | 1 | Выполнение ходьбы в колонне по одному с различными заданиями для рук. Построение в круг. Выполнение комплекса утренней гимнастики. Перепрыгивание через шнур, сохраняя устойчивое равновесие. Подвижная игра с бегом | Выполняют ходьбу в колонне, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют построение в круг с помощью учителя. Перепрыгивают через шнур после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий). Участвуют в подвижной игре по показу учителя | Выполняют ходьбу в колонне по одному с различными заданиями для рук по показу учителя. Выполняют построение в круг и комплекс утренней зарядки по инструкции учителя. Перепрыгивают через шнур после показа учителя. Играют в подвижную игру по инструкции учителя |
| 16 | Прыжки через набивной мяч | 1 | Выполнение ходьбы со сменой положений рук. Ознакомление с | Выполняют ходьбу ориентируясь на образец | Выполняют ходьбу ориентируясь на образец |

| | | | | | |
|----|------------------------|---|--|--|---|
| | | | упражнениями для развития мышц кистей рук и пальцев. Выполнение прыжка через предмет, отталкиваясь одновременно двумя ногами и мягко приземляясь. Подвижная игра с метанием | выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют 3-4 упражнения. Перепрыгивают через шнур, начерченную линию. Участвуют в подвижной игре по показу учителя | выполнения учителем. Выполняют упражнения по словесной инструкции и показу. Перепрыгивают через набивной мяч. Осваивают и используют игровые умения |
| 17 | Прыжки с ноги на ногу | 1 | Выполнение ходьбы с хлопками в ладоши. Выполнение упражнений для развития мышц кистей рук и пальцев. Ознакомление с прыжком с ноги на ногу. Подвижная игра с прыжками | Выполняют ходьбу с хлопками, ориентируясь на образец. Выполняют прыжки после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий). Участвуют в подвижной игре по показу учителя | Выполняют ходьбу с хлопками по показу. Перепрыгивают с ноги на ногу на отрезках. Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя |
| 18 | Прыжок в длину с места | 1 | Выполнение ходьбы со сменой положения рук. Выполнение упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп. Ознакомление с названием и техникой выполнения прыжка. Выполнение прыжка в длину с места. Подвижная игра с прыжками | Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя. Прыгают в длину с места, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя. Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя. Выполняют прыжок в длину с места по показу учителя. Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя |

| | | | | | |
|----|---------------------------------------|---|--|--|---|
| 19 | Правильный захват различных предметов | 1 | Выполнение обыкновенной ходьбы в чередовании с ходьбой по линии, обозначенной на полу, сохраняя равновесие. Выполнение упражнений на осанку. Ознакомление с правильным захватом различных предметов. Подвижная игра с бросанием и ловлей | Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения. Выполняют захват и удержание различных предметов для выполнения метания после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий); бросают и ловят волейбольные мячи по прямому указанию учителя | Выполняют ходьбу по инструкции учителя. Осваивают и удерживают правильный захват различных предметов для выполнения метания одной и двумя руками по показу учителя. Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя |
| 20 | Прием и передача мяча в круге | 1 | Выполнение бега в медленном темпе, чередование ходьбы и бега. Построение в круг. Выполнение упражнений для укрепления туловища. Передача и прием мяча в круге. Коррекционная игра | Выполняют бег в медленном темпе под контролем учителя. Принимают и передают мяч в круге, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Участвуют в коррекционной игре, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий | Выполняют бег в медленном темпе, чередование ходьбы и бега. Выполняют построение в круг по указанию учителя. Выполняют прием и передачу мяча в круге после инструкции и показа учителя. Играют в игру после показа учителем |
| 21 | Прием и передача мяча в круге | 1 | | | |
| 22 | Произвольное | 1 | Выполнение бега по прямой в | Выполняют бег под | Выполняют бег после |

| | | | | | |
|----|------------------------------------|---|---|--|---|
| | метание малых мячей | | шеренге. Выполнение общеразвивающих упражнений. Ознакомление с названием мяча для метания. Освоение правильного захвата и произвольного метания малого мяча. Игры с элементами общеразвивающих упражнений | контролем учителя. Выполняют 3-5 упражнений. Выполняют различные виды метания малых мячей после инструкции и удержание различных предметов для выполнения метания после инструкции и показа учителя. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | инструкции, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Выполняют захват и удержание различных предметов для выполнения метания после инструкции и показа учителя. Играют в подвижную игру после инструкции учителя |
| 23 | Произвольное метание больших мячей | 1 | Выполнение ходьбы с сохранением правильной осанки. Выполнение общеразвивающих и специальных упражнений на осанку. Выполнение произвольного метания больших мячей. Подвижная игра с бегом | Выполняют ходьбу под контролем учителя. Выполняют упражнения наименьшее количество раз. Выполняют различные виды метания больших мячей после пооперационного показа и контроля выполнения действий. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Выполняют ходьбу по указанию учителя. Выполняют упражнения после инструкции и показа учителя. Выполняют различные виды метание большого мяча по показу учителя. Играют в подвижную игру после инструкции учителя |
| 24 | Броски и ловля волейбольных мячей | 1 | Ходьба с хлопками. Выполнение упражнений с волейбольным мячом. Подбрасывание мяча на разную высоту, выполнение ловли прямыми руками падающий мяч на уровне головы. Подвижная игра с прыжками | Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют 3-4 упражнения с мячом. Бросают и ловят волейбольный мяч по прямому указанию учителя. Участвуют в подвижной игре | Выполняют ходьбу по показу учителя. Выполняют упражнения по инструкции учителя. Бросают и ловят волейбольные мячи по прямому указанию учителя. Играют в подвижную игру после инструкции |

| | | | | | |
|----|---|---|--|--|---|
| | | | | по показу учителя | |
| 25 | Броски и ловля волейбольных мячей | 1 | | | |
| 26 | Метание колец на шести | 1 | Выполнение ходьбы со сменой положений рук. Ознакомление с упражнениями для развития мышц кистей рук и пальцев. Ознакомление с размещением «врассыпную». Определение названия спортивного инвентаря. Принятие правильного исходного положения во время метания, правильное удержание кольца | Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения наименьшее количество раз. Размещаются «врассыпную» с помощью учителя. Метают кольца на шести после инструкции и неоднократного показа учителя | Выполняют ходьбу по прямому указанию учителя. Выполняют комплекс упражнений по показу учителя. Выполняют метания колец на шести после инструкции и показа учителя |
| 27 | Метание колец на шести | 1 | | | |
| 28 | Метание большого мяча двумя руками из-за головы | 1 | Выполнение бега по коридорчику. Принятие правильного положения во время метания, выполнение метания большого мяча способом из-за головы. Подвижная игра с бегом | Выполняют бег по коридорчику с помощью учителя. Метают большой мяч двумя руками из-за головы, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Участвуют в подвижной игре по инструкции учителя | Выполняют метание большого мяча двумя руками из-за головы после инструкции учителя. Участвуют в игре после инструкции учителя |

| | | | | | |
|----------------------|---|---|--|--|---|
| 29 | Метание большого мяча двумя руками из-за головы | 1 | | | |
| 30 | Метание мяча снизу с места в стену | 1 | Выполнение ходьбы в колонне по одному с различными заданиями для рук. Выполнение комплекса упражнений для укрепления туловища. Освоение правильного удержания мяча, ориентирование в пространстве, соразмерение своих усилий | Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют 5-6 упражнений комплекса. Метают мяч снизу с места в стену, ориентируясь на образец выполнения учителем | Выполняют ходьбу по указанию учителя. Выполняют комплекс упражнений по показу учителя. Выполняют метание мяча снизу с места в стену после инструкции и показа учителя |
| 31 | Метание мяча снизу с места в стену | 1 | | | |
| Игры - 2 часа | | | | | |
| 32 | Подвижная игра «Гуси-лебеди» | 1 | Выполнение бега по прямой в шеренге. Выполнение общеразвивающих упражнений. Закрепление слов и правил подвижной игры. Ориентирование в пространстве, свободное передвижение | Выполняют бег под контролем учителя. Выполняют 3-5 упражнений. Участвуют в игре по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя) | Выполняют бег после инструкции, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя |
| 33 | Подвижная игра «У | 1 | Выполнение ходьбы со сменой | Выполняют ходьбу со | Выполняют ходьбу по |

| | | | | | |
|--|------------------|--|---|---|--|
| | медведя во бору» | | положения рук. Выполнение упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп. Повторение речитативов игры. Выполнение правильного захвата предметов, свободное перемещение | сменой положения рук под контролем учителя. Выполняют упражнения наименьшее количество раз. Участвуют в игре по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя) | указанию учителя. Выполняют комплекс упражнений по показу. Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя |
|--|------------------|--|---|---|--|

Гимнастика – 30 часов

| | | | | | |
|----|---|---|--|--|---|
| 34 | Значение физических упражнений для здоровья человека. Строевые действия в шеренге и колонне | 1 | Беседа о значении физических упражнений. Выполнение строевых действий, ориентирование в пространстве. Коррекционная игра | Просматривают видеоматериал по теоретическим вопросам адаптивной физической культуры. Отвечают на вопросы односложно. Слушают объяснение (инструкцию) учителя с фиксацией на этапах выполнения упражнения на ориентировку в пространстве | Просматривают видеоматериал по теоретическим вопросам адаптивной физической культуры. Отвечают на вопросы предложением. Воспринимают и запоминают расположение зрительных пространственных опор - ориентиров для выполнения построений и перестроений |
| 35 | Название снарядов, спортивного инвентаря. | 1 | Беседа о спортивном инвентаре и оборудовании. Выполнение гимнастики для пальцев. Подвижная | Слушают объяснение педагога по теме с чёткими смысловыми акцентами и | Слушают объяснение педагога по теме с чёткими смысловыми акцентами и |

| | | | | | |
|----|---------------------------------------|---|---|--|--|
| | Гимнастика для пальцев | | игра с мячом | опорой на наглядность (визуальный план, картинки по теме урока. Выполняют комплекс упражнений ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения с мячом по инструкции и по показу учителя | опорой на наглядность (визуальный план, картинки по теме урока. Выполняют комплекс упражнений. Осваивают и используют игровые умения |
| 36 | Перестроение в круг, взявшись за руки | 1 | Выполнение бега в медленном темпе, чередование ходьбы и бега. Построение в круг. Выполнение упражнений для укрепления туловища. Коррекционная игра | Выполняют бег в медленном темпе под контролем учителя. Принимают и передают мяч в круге, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют простые команды по сигналу учителя с одновременным показом способа выполнения перестроения. Участвуют в коррекционной игре, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий | Выполняют бег в медленном темпе, чередование ходьбы и бега. Выполняют построение в круг по указанию учителя. Выполняют прием и передача мяча в круге после инструкции и показа учителя. Выполняют перестроение в круг, взявшись за руки. Играют в игру после показа учителем |
| 37 | Размыкание на вытянутые руки | 1 | Выполнение ходьбы со сменой положений рук. Ознакомление с упражнениями для развития мышц кистей рук и пальцев. Выполнение приставных шагов в сторону, | Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют 3-4 упражнения. | Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют упражнения по словесной инструкции и |

| | | | | | |
|----|--|---|--|--|--|
| | | | ориентирование в пространстве. Подвижная игра с метанием | Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор - ориентиров для выполнения построений и перестроений. Участвуют в подвижной игре по показу учителя | показу. Выполняют команды по построению и перестроению по сигналу учителя (при необходимости ориентируются на образец). Осваивают и используют игровые умения |
| 38 | Выполнение строевых команд по показу учителя | 1 | Закрепление основной стойки. Выполнение основных строевых команд. Выполнение бега по прямой в шеренге. Выполнение общеразвивающих упражнений. Игры с элементами общеразвивающих упражнений | Выполняют простые виды построений, осваивают на доступном уровне строевые действия в шеренге и колонне (с помощью учителя). Выполняют бег под контролем учителя. Выполняют 3-5 упражнений. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Выполняют команды по построению и перестроению по сигналу учителя (при необходимости ориентируются на образец). Выполняют бег после инструкции, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Играют в подвижную игру после инструкции учителя |
| 39 | Повороты «направо», «налево», по показу учителя и по команде | 1 | Выполнение построения в шеренгу и поворот переступанием. Ознакомление с ходьбой в различном темпе. Выполнение комплекса утренней гимнастики. Ознакомление с подвижной игрой с бегом | Зрительно воспринимают и оценивают образец выполнения упражнения. Выполняют построение в шеренгу и колонну, ориентируясь на образец выполнения обучающимися 2 группы. Осваивают и выполняют ходьбу в умеренном темпе. Выполняют 3-4 упражнения | Слушают инструкцию, отслеживают и анализируют образец выполнения построений и перестроений. Выполняют построение в шеренгу и колонну. Осваивают и выполняют ходьбу в медленном (умеренном), среднем и быстром темпе с сохранением правильной |

| | | | | | |
|----|--|---|---|--|--|
| | | | | комплекса. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | осанки, в затылок друг другу и осуществление зрительного контроля за дистанцией. Выполняют комплекс утренней гимнастики. Играют в подвижную игру после инструкции и показа учителя |
| 40 | Основные положения и движения рук, ног, туловища, головы | 1 | Выполнение построений в шеренгу, в колонну по одному. Освоение бега в медленном темпе, чередование ходьбы и бега. Выполнение упражнений на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища. Коррекционная игра на развитие точности движений | Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор-ориентиров для выполнения построений и перестроений. Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют основные положения и движения рук, ног, головы, туловища с наименьшим количеством раз. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Выполняют упражнения на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища. Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп, дистанцию во время движения, удерживая правильную осанку во время ходьбы. Играют в подвижную игру после инструкции |
| 41 | Упражнения на дыхания | 1 | Выполнение бега в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений. | Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. | Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Отвечают на вопросы целым |

| | | | | | |
|----|--|---|---|---|--|
| | | | Выполнение тренировочных упражнений на дыхание во время ходьбы, бега, проговаривание звуков на выдохе. Подвижная игра на внимание | Отвечают на вопросы односложно. Выполняют построение в круг с помощью учителя. Выполняют коррегирующие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя. Участвуют в игре по инструкции учителя | предложением. Выполняют построение в круг и комплекс утренней зарядки по инструкции учителя. Выполняют коррегирующие упражнения без предметов после показа учителя. Играют в подвижную игру после инструкции |
| 42 | Упражнения на формирование правильной осанки | 1 | Выполнение обыкновенной ходьбы в чередовании с ходьбой по линии, обозначенной на полу, сохраняя равновесие. Закрепление положения правильной осанки. Выполнение упражнений у вертикальной плоскости для формирования правильной осанки. Подвижная игра с бросанием и ловлей | Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения. Бросают и ловят волейбольные мячи по прямому указанию учителя. Выполняют упражнения на формирование правильной осанки, ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы) | Выполняют ходьбу по инструкции учителя. Выполняют коррегирующие и общеразвивающие упражнения без предметов после показа учителем. Осваивают и используют игровые умения |
| 43 | Упражнения на укрепление мышц туловища | 1 | Выполнение ходьбы в колонне по одному с различными заданиями для рук. Различение основных движений туловища. Выполнение комплекса упражнений на укрепление мышц туловища. Подвижная игра с прыжками | Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения на укрепление мышц туловища по прямому указанию учителя. Участвуют в игре по | Выполняют ходьбу по указанию учителя. Выполняют упражнения на укрепление мышц туловища, ориентируясь на образец выполнения учителем. Осваивают и используют игровые умения |

| | | | | | |
|----|--|---|--|--|---|
| | | | | инструкции учителя | |
| 44 | Упражнения для пространственно-временной дифференцировки и точности движений | 1 | Выполнение построений в шеренгу и колонну. Выполнение ходьбы по ориентирам, начерченным на полу. Прыжок в длину с места толчком двух ног в начерченный ориентир. Подвижная игра с метанием | Выполняют упражнения для развития точности движений; выполняют упражнения для развития пространственно-временной дифференцировки по прямому указанию учителя. Участвуют в игре по инструкции учителя | Выполняют упражнения для развития пространственно-временной дифференцировки, ориентируясь на образец выполнения учителем. Осваивают и используют игровые умения |
| 45 | Упражнения для пространственно-временной дифференцировки и точности движений | 1 | | | |
| 46 | Упражнения с гимнастической палкой | 1 | Выполнение построений в шеренгу и колонну. Выполнение бега в чередовании с ходьбой. Выполнение комплекса упражнений с гимнастической палкой. Подвижная игра с бросками и ловлей | Выполняют упражнения с предметом, ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы). Участвуют в игре по инструкции учителя | Выполняют упражнения с предметом, ориентируясь на образец выполнения учителем. Осваивают и используют игровые умения |
| 47 | Упражнения с обручем | 1 | Выполнение ходьбы с хлопками в ладоши. Выполнение упражнений с обручем. Выполнение прыжков с ноги на ногу. Подвижная игра с прыжками | Выполняют ходьбу с хлопками, ориентируясь на образец. Выполняют упражнения с предметом по прямому указанию учителя. Выполняют прыжки после инструкции и | Выполняют ходьбу с хлопками по показу. Выполняют упражнения с предметом, ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют прыжки с ноги на ногу на |

| | | | | | |
|----|----------------------------|---|--|--|--|
| | | | | неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий). Участвуют в подвижной игре по показу учителя | отрезках. Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя |
| 48 | Упражнения с малыми мячами | 1 | Выполнение ходьбы со сменой положений рук. Повторение размещения «врассыпную». Выполнение перекалывания, перебрасывания, подбрасывания, разбрасывания и сбора, броска в пол, стену, вверх. | Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения наименьшее количество раз. Размещаются «врассыпную» с помощью учителя. Метают кольца на шести после инструкции и неоднократного показа учителя | Выполняют ходьбу по указанию учителя. Размещаются «врассыпную». Выполняют упражнения с малыми мячами после показа учителем |
| 49 | Упражнения с большим мячом | 1 | Выполнение ходьбы в колонне по одному с различными заданиями для рук. Выполнение комплекса упражнений для укрепления туловища. Выполнение поднимания, перекалывания, подбрасывания большого мяча | Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют 5-6 упражнений комплекса. Выполняют упражнения с предметом по прямому указанию учителя | Выполняют ходьбу по указанию учителя. Выполняют комплекс упражнений по показу учителя. Выполняют упражнения с предметом, ориентируясь на образец выполнения учителем |
| 50 | Лазание вверх, вниз | 1 | Ознакомление с игровыми заданиями | Выполняют ходьбу на | Выполняют игровые |

| | | | | | |
|----|--|---|--|--|--|
| | по гимнастической стенке, не пропуская реек | | на построение и перестроения. Выполнение ходьбы в различном темпе. Освоение разновидностей ходьбы. Выполнение комплекса утренней гимнастики. Определение названия двигательному действию, названия оборудования. Выполнение правильного захвата рейки руками и правильной постановки стопы на гимнастическую стенку. Подвижная игра с прыжками | носок, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют лазанье (с помощью учителя, по возможности самостоятельно) по прямому указанию учителя. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | задания. Осваивают и выполняют ходьбу по прямой линии на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы с сохранением равновесия на ограниченной поверхности. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения. Осваивают и используют игровые умения |
| 51 | Лазание вверх, вниз по гимнастической стенке, не пропуская реек | 1 | | | |
| 52 | Проползание на четвереньках в медленном темпе по горизонтальной скамейке | 1 | Выполнение обыкновенной ходьбы в чередовании с ходьбой по линии, обозначенной на полу, сохраняя равновесие. Выполнение упражнений на осанку. Выполнение упора на коленях и на четвереньках, правильное удержание за скамейку. Подвижная игра с бросанием и ловлей | Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения. Выполняют ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с помощью учителя. Бросают и ловят волейбольные мячи по прямому указанию учителя | Выполняют ходьбу по инструкции учителя. Выполняют проползание на четвереньках в медленном темпе по горизонтальной скамейке (самостоятельно) Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя |
| 53 | Проползание на | 1 | | | |

| | | | | | |
|----|---|---|---|---|--|
| | четвереньках в медленном темпе по горизонтальной скамейке | | | | |
| 54 | Подлезание под препятствием высотой 40-50 см | 1 | Выполнение бега в медленном темпе, чередование ходьбы и бега. Построение в круг. Выполнение упражнений для укрепления туловища. Повторение правильного исходного положения для выполнения подлезания под препятствием. Коррекционная игра | Выполняют бег в медленном темпе под контролем учителя. Принимают и передают мяч в круге, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют простые команды по сигналу учителя с одновременным показом способа выполнения перестроения. Выполняют подлезание под препятствием высотой 40-50 см (с помощью учителя, по возможности самостоятельно). Участвуют в коррекционной игре, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий | Выполняют бег в медленном темпе, чередование ходьбы и бега. Выполняют построение в круг по указанию учителя. Выполняют перестроение в круг, взявшись за руки. Выполняют подлезание под препятствием высотой 40-50 см(самостоятельно) Играют в игру после показа учителем |
| 55 | Подлезание под препятствием высотой 40-50 см | 1 | | | |
| 56 | Перелезание через препятствие | 1 | Выполнение ходьбы со сменой положения рук. Выполнение | Выполняют ходьбу со сменой положения рук под | Выполняют ходьбу со сменой положения рук по |

| | | | | | |
|----|---|---|---|---|---|
| | высотой 40-50 см | | упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп. Выполнение упражнения в перелезании опираясь на предплечья и колени, на животе. Подвижная игра с прыжками | контролем учителя. Выполняют перелезание через препятствие высотой 40-50 см (с помощью учителя, по возможности самостоятельно. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | показу учителя. Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя. Выполняют перелезание через препятствие высотой 40-50 см. Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя |
| 57 | Пролезание через гимнастический обруч | 1 | Выполнение ходьбы с хлопками в ладоши. Выполнение упражнений с обручем. Подвижная игра с прыжками | Выполняют ходьбу с хлопками, ориентируясь на образец. Выполняют упражнения для развития точности движений, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Участвуют в подвижной игре по показу учителя | Выполняют ходьбу с хлопками по показу. Выполняют упражнения для развития точности движений, ориентируясь на образец выполнения учителем. Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя |
| 58 | Ходьба по линии на носках, на пятках с различными положениями рук | 1 | Подвижная игра с элементами перестроений. Определение названий основных положений рук. Выполнение ходьбы с различным положением рук по ограниченной площади. Выполнение бега в чередовании с ходьбой. Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений. Подвижная игра с бросками и ловлей | Участвуют в подвижной игре. Выполняют бег в чередовании с ходьбой под контролем учителя. Выполняют 4-5 упражнений комплекса. Выполняют упражнения в равновесии после неоднократного показа учителя, в медленном темпе, с помощью, наименьшее количество раз. Участвуют в подвижной игре по показу | Играют в подвижную игру. Выполняют бег в чередовании с ходьбой. Выполняют упражнения на равновесие. Осваивают и используют игровые умения |

| | | | | | |
|----|---|---|--|---|---|
| | | | | учителя | |
| 59 | Ходьба по линии на носках, на пятках с различными положениями рук | 1 | | | |
| 60 | Ходьба по гимнастической скамейке прямо, боком с различными положениями рук | 1 | Выполнение ходьбы в колонне по одному с различными заданиями для рук. Построение в круг. Выполнение комплекса утренней гимнастики. Выполнение приставного шага в сторону на гимнастической скамейке, передвижение прямо, сохраняя равновесие и удерживая положение правильной осанки. Подвижная игра с бегом | Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют 3-4 упражнения. Выполняют упражнения в равновесии после неоднократного показа учителя, в медленном темпе, с помощью. Участвуют в подвижной игре по показу учителя | Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют упражнения по словесной инструкции и показу. Выполняют упражнения в равновесии после неоднократного показа учителя. Осваивают и используют игровые умения |
| 61 | Ходьба по гимнастической скамейке прямо, боком с различными положениями рук | 1 | | | |
| 62 | Стойка на одной ноге | 1 | Выполнение построений в шеренгу, в колонну по одному. Освоение бега в медленном темпе, чередование ходьбы и бега. Выполнение упражнений на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища. Удержание равновесия во | Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор-ориентиров для выполнения построений и перестроений. Выполняют бег и ходьбу, | Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Выполняют упражнения на основные положения и |

| | | | | | |
|------------------------|--|---|--|--|--|
| | | | время выполнения упражнения. Коррекционная игра на развитие точности движений | ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют основные положения и движения рук, ног, головы, туловища с наименьшим количеством раз. Выполняют упражнения на равновесие с помощью учителя. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | движения рук, ног, головы, туловища. Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп, дистанцию во время движения, удерживая правильную осанку во время ходьбы. Выполняют упражнения на равновесие по показу учителя. Играют в подвижную игру после инструкции |
| 63 | Стойка на одной ноге | 1 | | | |
| Игры – 29 часов | | | | | |
| 64 | Правила поведения на занятиях по подвижным играм | 1 | Беседа о правилах поведения. Выполнение строевых действий, ориентирование в пространстве. Коррекционная игра | Слушают теоретический материал по правилам игр и поведению во время игр с опорой на наглядность (картинки, карточки). Отвечают на вопросы односложно. Выполняют построение в шеренгу и колонну, ориентируясь на образец выполнения обучающимися 2 группы. Осваивают и выполняют ходьбу в умеренном темпе. Выполняют 3-4 упражнения | Слушают теоретический материал по правилам поведения игр с опорой на наглядность. Отвечают на вопросы предложением. Воспринимают и запоминают расположение зрительных пространственных опор - ориентиров для выполнения построений и перестроений. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя |

| | | | | | |
|----|---|---|---|--|---|
| | | | | комплекса. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | |
| 65 | Правила утренней гигиены и их значение для жизни человека | 1 | Беседа о правилах личной гигиены. Освоение бега с сохранением правильной осанки. Выполнение общеразвивающих упражнений с малыми мячами. Подвижная игра с бегом | Слушают, и отвечают на вопросы учителя односложно. Удерживают правильное положение тела во время бега (с помощью учителя, при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль действий). Выполняют общеразвивающих упражнений с малыми мячами 3-4 упражнения. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Слушают и беседуют предложениями. Удерживают правильное положение тела во время бега. Выполняют общеразвивающих упражнений с малыми мячами. Играют в подвижную игру после инструкции и показа учителя |
| 66 | Подвижная игра «Канатоходец» | 1 | Выполнение ходьбы со сменой положений рук. Повторение размещения «врассыпную». Повторение правил игры. Удержание равновесия при движении, правильное передвижение по канату | Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения наименьшее количество раз. Размещаются «врассыпную» с помощью учителя. Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, | Выполняют ходьбу по указанию учителя. Размещаются «врассыпную». Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя |

| | | | | | |
|----|-------------------------------------|---|--|--|---|
| | | | | ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя) | |
| 67 | Подвижная игра «Переправа» | 1 | Выполнение построений в шеренгу и колонну. Выполнение ходьбы по ориентирам, начерченным на полу. Передвижение прыжками на двух ногах на скорость. Подвижная игра | Выполняют упражнения для развития точности движений; выполняют упражнения для развития пространственно-временной дифференцировки по прямому указанию учителя. Участвуют в игре по инструкции учителя | Выполняют упражнения для развития пространственно-временной дифференцировки, ориентируясь на образец выполнения учителем. Осваивают и используют игровые умения |
| 68 | Подвижная игра «Разойдись не упади» | 1 | Выполнение бега по прямой в шеренге. Выполнение общеразвивающих упражнений. Подвижная игра | Выполняют бег под контролем учителя. Выполняют 3-5 упражнений. Участвуют в игре по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя) | Выполняют бег после инструкции, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя |
| 69 | Подвижная игра «Стоп» | 1 | Выполнение бега по прямой в шеренге. Выполнение | Выполняют бег под контролем учителя. | Выполняют бег по инструкции. Выполняют |

| | | | | | |
|----|-----------------------------------|---|--|---|--|
| | | | <p>общеразвивающих упражнений. Быстрое реагирование на сигнал, взаимодействие с одноклассниками, свободное ориентирование в пространстве</p> | <p>Выполняют 3-5 упражнений. Выполняют упражнения с мячом по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий и операций в последовательности их выполнения, под пооперационным (пошаговым) контролем учителя (при необходимости)</p> | <p>комплекс упражнений по показу. Выполняют упражнения после инструкции и показа учителя</p> |
| 70 | Подвижная игра «Ловушки» | 1 | <p>Ходьба с хлопками. Выполнение упражнений с волейбольным мячом. Подвижная игра на взаимодействие в команде, нахождение себе пар</p> | <p>Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют 3-4 упражнения с мячом. Участвуют в подвижной игре по показу учителя</p> | <p>Выполняют ходьбу по показу учителя. Выполняют упражнения по инструкции учителя. Играют в подвижную игру после инструкции</p> |
| 71 | Подвижная игра «Перемени предмет» | 1 | <p>Выполнение бега в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Беседа о значении утренней зарядки. Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений типа зарядки. Подвижная игра на внимание</p> | <p>Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Отвечают на вопросы односложно. Выполняют построение в круг с помощью учителя. Перепрыгивают через начерченную линию, ориентируясь на образец</p> | <p>Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Отвечают на вопросы целым предложением. Выполняют построение в круг и комплекс утренней зарядки по инструкции учителя. Перепрыгивают через начерченную линию после инструкции и показа</p> |

| | | | | | |
|----|--------------------------|---|--|---|---|
| | | | | выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Участвуют в игре по инструкции | учителя |
| 72 | Подвижная игра «Жмурки» | 1 | Выполнение ходьбы со сменой положений рук. Ознакомление с упражнениями для развития мышц кистей рук и пальцев. Выполнение приставных шагов в сторону, ориентирование в пространстве. Подвижная игра на ориентирование в пространстве | Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя. Выполнение упражнений наименьшее количество раз. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя. Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя. Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя |
| 73 | Подвижная игра «Горелки» | 1 | Выполнение ходьбы со сменой положений рук. Повторение размещения «врассыпную». Ознакомление с правилами игры. Разучивание речитатива. Подвижная игра с бегом | Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения наименьшее количество раз. Размещаются «врассыпную» с помощью учителя. Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя) | Выполняют ходьбу по указанию учителя. Размещаются «врассыпную». Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя |

| | | | | | |
|----|-----------------------------------|---|---|--|--|
| 74 | Подвижная игра «Два мороза» | 1 | Выполнение построений в шеренгу и колонну. Выполнение ходьбы по ориентирам, начерченным на полу. Ознакомление с правилами игры. Разучивание слов речитатива. Подвижная игра | Выполняют упражнения для развития точности движений; выполняют упражнения для развития пространственно-временной дифференцировки по прямому указанию учителя. Участвуют в игре по инструкции учителя | Выполняют упражнения для развития пространственно-временной дифференцировки, ориентируясь на образец выполнения учителем. Осваивают и используют игровые умения |
| 75 | Подвижная игра «Краски» | 1 | Выполнение ходьбы со сменой положений рук. Ознакомление с упражнениями для развития мышц кистей рук и пальцев Подвижная игра | Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют 3-4 упражнения. Участвуют в подвижной игре по показу учителя | Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют упражнения по словесной инструкции и показу. Осваивают и используют игровые умения |
| 76 | Подвижная игра «Хитрая лиса» | 1 | Выполнение бега в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений Разучивание слов речитатива. Быстрое реагирование на сигнал, быстрое преодоление отрезков на скорость в подвижной игре | Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Выполняют построение в круг с помощью учителя. Выполняют корректирующие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя. Участвуют в игре по инструкции учителя | Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Выполняют построение в круг и комплекс утренней зарядки по инструкции учителя. Выполняют корректирующие упражнения без предметов после показа учителя. Играют в подвижную игру после инструкции |
| 77 | Подвижная игра «Коршун и наседка» | 1 | Выполнение обыкновенной ходьбы в чередовании с ходьбой по линии, | Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец | Выполняют ходьбу по инструкции учителя. |

| | | | | | |
|----|---------------------------------------|---|--|--|---|
| | | | обозначенной на полу, сохраняя равновесие. Выполнение упражнений на осанку. Подвижная игра | выполнения. Выполняют 3-4 упражнения. Участвуют в игре по инструкции учителя | Выполняют упражнения по словесной инструкции и показу. Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя |
| 78 | Подвижная игра «Перемена мест» | 1 | Выполнение ходьбы со сменой положений рук. Ознакомление с упражнениями для развития мышц кистей рук и пальцев. Выполнение приставных шагов в сторону, ориентирование в пространстве. Подвижная игра на ориентирование в пространстве | Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя. Выполнение упражнений наименьшее количество раз. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя. Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя. Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя |
| 79 | Подвижная игра «Не оставайся на полу» | 1 | Выполнение бега по залу в рассыпную, запрыгивание на кубы, скамейки без помощи рук, спрыгивание с них легко на носки, полусогнутые ноги, выполнение действий по сигналу | Осваивают и используют игровые умения | Осваивают и используют игровые умения |
| 80 | Подвижная игра «Стой» | 1 | Повторение счета до 5. Выполнение упражнений в бросках и ловле волейбольного мяча, после броска товарища, быстрое реагирование на сигнал водящего | Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя) | Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя |

| | | | | | |
|----|--|---|---|--|---|
| 81 | Коррекционная подвижная игра «Совушка» | 1 | Выполнение ходьбы со сменой положений рук. Повторение упражнений для развития мышц кистей рук и пальцев. Ориентирование в пространстве. Подвижная игра | Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя. Выполнение упражнений наименьшее количество раз. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя. Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя. Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя |
| 82 | Коррекционная подвижная игра «Фигуры» | 1 | Выполнение ходьбы со сменой положений рук. Повторение размещения «врассыпную». Ознакомление с правилами игры. Подвижная игра | Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения наименьшее количество раз. Размещаются «врассыпную» с помощью учителя. Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя | Выполняют ходьбу по указанию учителя. Размещаются «врассыпную». Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя |
| 83 | Коррекционная подвижная игра «Проползи не урони» | 1 | Выполнение обыкновенной ходьбы в чередовании с ходьбой по линии, обозначенной на полу, сохраняя равновесие. Выполнение упражнений на осанку. Ползание изученным способом. Подвижная игра с бросанием и ловлей | Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения. Выполняют ползание по гимнастический скамейке на четвереньках с помощью учителя. Бросают и ловят волейбольные мячи по прямому указанию учителя | Выполняют ходьбу по инструкции учителя. Выполняют проползание на четвереньках в медленном темпе (самостоятельно). Осваивают и используют игровые умения |
| 84 | Коррекционная подвижная игра | 1 | Выполнение ходьбы со сменой положений рук. Ознакомление с | Выполняют ходьбу со сменой положения рук под | Выполняют ходьбу со сменой положения рук по |

| | | | | | |
|----|---|---|---|---|--|
| | «Крокодил» | | упражнениями для развития мышц кистей рук и пальцев. Выполнение приставных шагов в сторону, ориентирование в пространстве. Подвижная игра взаимодействие в коллективе | контролем учителя. Выполнение упражнений наименьшее количество раз. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | показу учителя. Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя. Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя |
| 85 | Коррекционная подвижная игра «Перелет птиц» | 1 | Взбирание на предметы приподнятые над полом (землей), выполнение лазания по гимнастической стенке | Осваивают и используют игровые умения с помощью учителя | Осваивают и используют игровые умения по инструкции |
| 86 | Коррекционная подвижная игра «Охотники и зайцы» | 1 | Выполнение бега в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений. Выполнение метания в подвижную цель, перелазание (перепрыгивание) через препятствие | Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Выполняют упражнения наименьшее количество раз. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя. Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя |
| 87 | Коррекционная подвижная игра «Волк во рву» | 1 | Выполнение действий согласно правилам игры, перепрыгивание через препятствие | Осваивают и используют игровые умения | Осваивают и используют игровые умения |
| 88 | Коррекционная подвижная игра «Кто самый меткий» | 1 | Выполнение бега в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений. Выполнение действий согласно правилам игры, метание в цель | Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Выполняют упражнения наименьшее количество раз. Выполняют упражнения с | Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя. Выполняют упражнения после |

| | | | | | |
|----|--|---|--|--|---|
| | | | | мячом по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий | инструкции и показа учителя |
| 89 | Коррекционная подвижная игра «Лягушка и цапля» | 1 | Выполнение ходьбы со сменой положений рук. Повторение правил игры. Удержание равновесия при движении | Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Осваивают и используют игровые умения | Выполняют ходьбу по показу. Осваивают и используют игровые умения |
| 90 | Коррекционная подвижная игра «Кто дальше бросит» | 1 | Выполнение ходьбы в колонне по одному с различными заданиями для рук. Построение в круг. Выполнение комплекса утренней гимнастики. Правильное удержание предмета, бросание предмета вдаль правой и левой рукой, двумя руками | Выполняют ходьбу в колонне, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют построение в круг с помощью учителя. Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя) | Выполняют ходьбу в колонне по одному с различными заданиями для рук по показу учителя. Выполняют построение в круг и комплекс утренней зарядки по инструкции учителя. Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя |
| 91 | Коррекционная | 1 | | | |

| | | | | | |
|----------------------------------|---|---|--|--|---|
| | подвижная игра «Кто дальше бросит» | | | | |
| 92 | Коррекционная подвижная игра «Через ручей» | 1 | Выполнение бега в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Беседа о значении утренней зарядки. Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений типа зарядки. Перепрыгивание через ручеёк, отталкиваясь двумя ногами и мягко приземляясь, сгибая колени | Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Отвечают на вопросы односложно. Выполняют построение в круг с помощью учителя. Осваивают и используют игровые умения | Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Отвечают на вопросы целым предложением. Выполняют построение в круг и комплекс утренней зарядки по инструкции учителя. Осваивают и используют игровые умения |
| 93 | Коррекционная подвижная игра «Через ручей» | 1 | | | |
| 94 | Коррекционная подвижная игра «Пингвины» | 1 | Выполнение бега по прямой в шеренге. Выполнение общеразвивающих упражнений. Выполнение прыжков до зрительного ориентира на двух ногах с мячом, зажатым между колен, стараясь не потерять мяч, приземляясь на обе ноги | Выполняют упражнения с мячом по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий и операций в последовательности их выполнения, под пооперационным (пошаговым) контролем учителя (при необходимости) | Выполняют упражнения после инструкции и показа учителя |
| Легкая атлетика – 5 часов | | | | | |

| | | | | | |
|----|--|---|---|--|--|
| 95 | Ходьба в колонне по одному по кругу. Ходьба с различными положениями рук | 1 | Выполнение ходьбы с сохранением правильной осанки, в затылок друг другу и осуществление зрительного контроля за дистанцией. Выполнение ходьбы с различными положениями рук | Выполняют ходьбу в колонне по одному по кругу зала, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. | Выполняют ходьбу в колонне по одному в обход зала за учителем |
| 96 | Бег правым, левым боком вперед | 1 | Выполнение ходьбы со сменой положения рук. Сохранение положения правильной осанки во время выполнения бега. Выполнение упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп. Подвижная игра с прыжками | Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя. Выполняют упражнения на точность движения ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя. Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя. Удерживают правильное положение тела во время ходьбы и бега. Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя |
| 97 | Толчком двух ног прыжок вверх, доставая предмет | 1 | Освоение прыжков вверх толчком двух ног. Выполнение упражнений для укрепления мышц ног. Подвижная игра с элементами лазания | Выполняют прыжки после инструкции и неоднократного показа учителя. Выполнение упражнений для укрепления мышц ног с наименьшим количеством раз. Подпрыгивают вверх, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Участвуют в подвижной игре | Выполняют прыжки после инструкции и показа учителя. Выполнение упражнений для укрепления мышц ног по показу учителя. Играют в подвижную игру после инструкции и показа учителя |

| | | | | | |
|----|--|---|---|---|---|
| 98 | Прыжок в глубину с гимнастической скамейки | 1 | Освоение мягкого приземления после прыжка. Выполнение упражнений для укрепления мышц ног. Подвижная игра с метанием | Выполняют прыжок в глубину с гимнастической скамейки, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Осваивают и используют игровые умения | Выполняют прыжки после инструкции и показа учителя; удерживают правильное положение тела в процессе выполнения прыжков. Осваивают и используют игровые умения |
| 99 | Метание малого мяча с места в цель | 1 | Выполнение бега по прямой в шеренге. Выполнение общеразвивающих упражнений. Ознакомление с названием мяча для метания. Освоение произвольного метания малого мяча. Игры с элементами общеразвивающих упражнений | Выполняют бег под контролем учителя. Выполняют 3-5 упражнений. Выполняют различные виды метания малых мячей после инструкции и неоднократного показа учителя. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Выполняют бег после инструкции, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Выполняют захват и удержание различных предметов для выполнения метания после инструкции и показа учителя. Играют в подвижную игру после инструкции учителя |

V. ТЕХНОЛОГИЧЕСКОЕ И МЕТОДИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

Урок 1

| | | | | |
|---|---|--------------------------|--|---|
| Предмет | Адаптивная физическая культура | | | |
| Класс | 1 | | | |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы, музыка для физкультминутки | | | |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний | | | |
| Тема | Чистота одежды и обуви. Подготовка к уроку физической культуры | | | |
| Цель | Формирование представлений о предмете «физическая культура» | | | |
| Задачи | Коррекционно- образовательные: ознакомить с основными требованиями к уроку по адаптивной физической культуре, ознакомить с построением парами, разучить комплекс физкультминутки.Коррекционно- развивающие: развивать координацию движенийКоррекционно- воспитательные: учить самостоятельности | | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень | |
| 1. Организационный этап | Приветствие.Ознакомление с построением парами | | Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя | |
| 2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности | Присаживает гимнастическую скамейку.Беседа о содержании занятий | на на | Присаживаются на гимнастическую скамейку. Слушают инструктаж и отвечают | Самостоятельно находят себе место на скамейке.Слушают инструктаж и отвечают |

| | | | |
|--|--|---|--|
| | требованиях к их организации | односложно на вопросы учителя | на вопросы учителя |
| 3. Открытие новых знаний | Построение по ориентирам | Строятся с помощью педагога | Самостоятельно находят свободное место |
| 4. Первичное закрепление материала | Выполнение комплекса физкультминутки под музыкальное сопровождение | Выполняют упражнения комплекса (по возможностям) | Выполняют упражнения комплекса |
| 5. Включение в систему знаний и повторение | Построение и ходьба парами, взявшись за руки | Выполняют построение и ходьбу парами(с помощью учителя) | Выполняют построение и ходьбу парами |
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 2

| | |
|-------------------------------------|---|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы, музыка для физкультминутки |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний |
| Тема | Правила поведения на уроках физической культуры. Построение в колонну по одному, равнение в затылок |
| Цель | Формирование представлений о правилах передвижения в спортивном зале |

| | | | |
|---|--|---|--|
| Задачи | Коррекционно- образовательные: повторить построение в колонну по одному и закрепить ходьбу парами по кругу, взявшись за руки, повторить комплекс физкультминутки, разучивание подвижной игры Коррекционно- развивающие: развивать пространственно- временную дифференцировку Коррекционно- воспитательные: учить самостоятельности, умению работать в паре | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Приветствие.Передвижение парами в спортивный зал | Приветствуют учителя.Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму.Строятся парами под контролем учителя | |
| 2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности | Ознакомление с правилами поведения на уроках физической культуры.Ознакомление с построением в колонну | Присаживаются на гимнастическую скамейку. Слушают инструктаж и зрительно воспринимают образец поведения на уроках физической культуры (техника безопасности).Выполняют общее построение под контролем учителя | Самостоятельно находят себе место на скамейке. Слушают инструктаж и зрительно воспринимают образец поведения на уроках физической культуры (техника безопасности).Выполняют построение в колонну по указанию учителя |
| 3. Открытие новых знаний | Выполнение ходьбы в колонне по одному | Строятся с помощью педагога | Самостоятельно находят свободное место |
| 4. Первичное закрепление материала | Выполнение комплекса физкультминутки под музыкальное сопровождение | Выполняют упражнения комплекса (по возможностям) | Выполняют упражнения комплекса |

| | | | |
|--|--|---|--|
| 5. Включение в систему знаний и повторение | Разучивание подвижной игры с элементами общеразвивающих упражнений | Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Играют в подвижную игру по инструкции учителя |
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 3

| | | |
|-------------------------------------|---|--------------------------|
| Предмет | Адаптивная физическая культура | |
| Класс | 1 | |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы, музыка для физкультминутки | |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний | |
| Тема | Построение в шеренгу по одному. Ходьба парами по кругу, взявшись за руки | |
| Цель | Формирование представлений о способах передвижения в спортивном зале | |
| Задачи | Коррекционно- образовательные: познакомить с построением в шеренгу, повторить построение и передвижение в колонне по одному, повторить комплекс ОРУ. Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений. Коррекционно- воспитательные: учить самостоятельности, умению работать в паре | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся |

| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
|--|--|--|---|
| 1. Организационный этап | Приветствие. Построение парами. Передвижение в спортивный зал | Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя | |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Построение в шеренгу и перестроение в колонну | Выполняют простые виды построений, осваивают на доступном уровне строевые действия в шеренге и колонне (с помощью учителя) | Выполняют построения и перестроения в шеренгу, колонну, осваивают строевые действия в шеренге и колонне |
| 3. Открытие новых знаний | Выполнение ходьбы в колонне по одному | Строятся с помощью педагога | Самостоятельно находят свободное место |
| 4. Первичное закрепление материала | Выполнение комплекса ОРУ под музыкальное сопровождение | Выполняют упражнения комплекса (по возможностям) | Выполняют упражнения комплекса |
| | | | |
| 5. Включение в систему знаний и повторение | Закрепление подвижной игры с элементами общеразвивающих упражнений | Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Играют в подвижную игру по инструкции учителя |
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

| | | | |
|---|---|--|--|
| Предмет | Адаптивная физическая культура | | |
| Класс | 1 | | |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы | | |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний | | |
| Тема | Ходьба в медленном и быстром темпе | | |
| Цель | Освоение техники ходьбы в разном темпе | | |
| Задачи | Коррекционно- образовательные: ознакомить с техникой ходьбы в различном темпе, разучить комплекс утренней гимнастики, подвижную игру с бегом Коррекционно- развивающие: развить чувство ритма, ловкость, координационные способности, умение согласовывать движения Коррекционно- воспитательные: формировать умения обучающихся взаимодействовать со сверстниками в игровой деятельности | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Приветствие. Построение парами. Передвижение парами в спортивный зал | Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя | |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной | Построение в колонну и перестроение в шеренгу | Выполняют построение в шеренгу и колонну, ориентируясь на | Выполняют построение в шеренгу и колонну |

| | | | |
|--|--|---|--|
| деятельности | | образец выполнения обучающимися группы 2 | |
| 3. Открытие новых знаний | Выполнение ходьбы в различном темпе | Осваивают и выполняют ходьбу в умеренном темпе | Осваивают и выполняют ходьбу в медленном (умеренном), среднем и быстром темпе с сохранением правильной осанки, в затылок друг другу и осуществление зрительного контроля за дистанцией |
| 4. Первичное закрепление материала | Выполнение комплекса утренней гимнастики | Выполняют упражнения комплекса 3-4 | Выполняют комплекс утренней гимнастики |
| 5. Включение в систему знаний и повторение | Разучивание подвижной игры с бегом | Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Играют в подвижную игру по инструкции учителя |
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 5

| | |
|---------|--------------------------------|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |

| | | | |
|--|---|---|---|
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы | | |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний | | |
| Тема | Ходьба по прямой линии на носках и пятках на внутреннем и внешнем своде стопы | | |
| Цель | Укрепление мышц ног для поддержания свода стопы | | |
| Задачи | Коррекционно- образовательные: учить ходьбе по прямой линии с выполнением различных заданий, закрепить порядок выполнения упражнения комплекса утренней гимнастики Коррекционно- развивающие: развивать координацию Коррекционно- воспитательные: формировать умения обучающихся взаимодействовать со сверстниками в игровой деятельности | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Приветствие. Построение в колонну. Передвижение в спортивный зал | Приветствуют учителя. Строятся под контролем учителя в колонну и передвигаются в спортивный зал | |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Ознакомление с игровыми задания на построение и перестроения | Выполняют игровые задания (с помощью учителя) | Выполняют игровые задания |
| 3. Открытие новых знаний | Выполнение ходьбы в различном темпе. Освоение разновидностей ходьбы | Осваивают и выполняют ходьбу в умеренном темпе. Выполняют | Осваивают и выполняют ходьбу в медленном (умеренном), среднем и быстром темпе с |

| | | | |
|--|--|--|---|
| | | ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы | сохранением правильной осанки, в затылок друг другу и осуществление зрительного контроля за дистанцией. Осваивают и выполняют ходьбу по прямой линии на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы с сохранением равновесия на ограниченной поверхности |
| 4. Первичное закрепление материала | Выполнение комплекса утренней гимнастики | Выполняют упражнения комплекса 3-4 | Выполняют комплекс утренней гимнастики |
| 5. Включение в систему знаний и повторение | Разучивание подвижной игры с прыжками | Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Играют в подвижную игру по инструкции учителя |
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 6

| | |
|-------------------------------------|--------------------------------|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы |

| | | | |
|--|---|--|---|
| Тип урока | Урок открытия новых знаний | | |
| Тема | Перебежки группами и по одному 15-20 м | | |
| Цель | Развитие двигательных способностей и ловкости | | |
| Задачи | Коррекционно- образовательные: разучить перебежки группами, познакомить с комплексом ОРУ, разновидностями ходьбы Коррекционно- развивающие: развивать точность движений Коррекционно- воспитательные: развивать умение контролировать двигательные действия | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Приветствие. Построение в колонну. Передвижение в спортивный зал | Приветствуют учителя. Строятся под контролем учителя в колонну и передвигаются в спортивный зал | |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Ознакомление с игровыми задания на построение и перестроения | Выполняют игровые задания (с помощью учителя) | Выполняют игровые задания |
| 3. Открытие новых знаний | Освоение разновидностей ходьбы. Выполнение комплекса утренней гимнастики | Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или | Осваивают и выполняют ходьбу по прямой линии на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы с сохранением равновесия на ограниченной поверхности. Выполняют комплекс утренней гимнастики |

| | | | | |
|--|--|---|---|--|
| | | обучающимися группы | 2 | |
| 4. Первичное закрепление материала | Выполнение перебежек группами и по одному. Закрепление правил техники безопасности во время выполнения упражнений в паре, группе | Осваивают перебежки по одному, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися | 2 | Выполняют перебежки группами и по одному 15-20 м, соблюдают правила безопасности |
| 5. Включение в систему знаний и повторение | Подвижная игра с элементами общеразвивающих упражнений | Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | | Играют в подвижную игру по инструкции учителя |
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 7

| | |
|-------------------------------------|---|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний |
| Тема | Бег в медленном темпе, чередующийся с ходьбой |

| | | | |
|--|--|--|--|
| Цель | Закрепление у обучающихся представлений о технике выполнения переменного бега, чередования с ходьбой | | |
| Задачи | Коррекционно- образовательные: создать представление о технике бега, повторить комплекс ОРУ Коррекционно- развивающие: развивать точность и координацию движений Коррекционно- воспитательные: развивать умение контролировать двигательные действия | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Приветствие. Построение в шеренгу | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Перестроение в шеренгу, в колонну по одному | Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор-ориентиров для выполнения построений и перестроений. Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы | Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры |
| 3. Открытие | Освоение бега в | Выполняют бег и | Выполняют упражнения на |

| | | | |
|--|---|---|--|
| новых знаний | медленном темпе, чередование ходьбы и бега | ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы | основные положения и движения рук, ног, головы, туловища |
| 4. Первичное закрепление материала | Выполнение упражнений на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища | Выполняют основные положения и движения рук, ног, головы, туловища с наименьшим количеством раз | Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп, дистанцию во время движения, удерживая правильную осанку во время ходьбы |
| 5. Включение в систему знаний и повторение | Коррекционная игра на развитие точности движений | Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Играют в подвижную игру по инструкции учителя |
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 8

| | |
|-------------------------------------|---|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы, малые мячи по количеству обучающихся |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний |

| | | | |
|--|---|---|--|
| Тема | Бег с сохранением правильной осанки | | |
| Цель | Формирование правильной осанки, развитие координации движений в крупных мышечных группах рук и ног | | |
| Задачи | Коррекционно- образовательные: формировать правильную осанку, разучить ОРУ с малыми мячами Коррекционно- развивающие: развивать мелкую моторику Коррекционно- воспитательные: формировать умения обучающихся взаимодействовать со сверстниками в игровой деятельности | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Приветствие. Построение в шеренгу | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Беседа о правильной осанке. Демонстрирование презентации (по желанию) | Слушают информацию о правильной осанке | Слушают информацию о правильной осанке |
| 3. Открытие новых знаний | Освоение бега с сохранением правильной осанки | Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы | Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп, дистанцию во время движения, удерживая правильную осанку во время ходьбы |
| 4. Первичное закрепление материала | Выполнение общеразвивающих упражнений с малыми мячами | Выполняют ОРУ с малыми мячами, ориентируясь на | Выполняют ОРУ с малыми мячами по показу |

| | | | |
|--|--|---|--|
| | мячами | образец выполнения учителем и/или обучающимися группы 2 | |
| 5. Включение в систему знаний и повторение | Коррекционная игра с бегом | Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Играют в подвижную игру по инструкции учителя |
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 9

| | |
|-------------------------------------|---|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы, флажки по количеству обучающихся |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний |
| Тема | Бег в колонне за учителем в заданном направлении |
| Цель | Упражнять детей в ходьбе, беге в колонне по одному, в заданном направлении |
| Задачи | Коррекционно-образовательные: ознакомить с бегом в заданном направлении, разучить построение в круг, упражнения с флажками, разучить коррекционную игру Коррекционно-развивающие: развивать внимание Коррекционно-воспитательные: формировать умения обучающихся взаимодействовать со |

| | | | |
|--|--|---|--|
| | сверстниками в игровой деятельности | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Приветствие. Построение в шеренгу | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Освоение построения и передвижения за учителем в колонне | Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы | Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп, дистанцию во время движения, удерживая правильную осанку во время ходьбы |
| 3. Открытие новых знаний | Освоение построения в круг | Выполняют построение в круг с помощью учителя | Строятся в круг |
| 4. Первичное закрепление материала | Выполнение упражнений с флажками | Выполняют ОРУ с флажками, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы | Выполняют ОРУ с флажками По показу |
| 5. Включение в систему знаний и повторение | Коррекционная игра с прыжками | Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Играют в подвижную игру по инструкции учителя |

| | | | |
|-------------------------------------|--|---|--|
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |
|-------------------------------------|--|---|--|

Урок 10

| | | | |
|-------------------------------------|--|--|---------------------|
| Предмет | Адаптивная физическая культура | | |
| Класс | 1 | | |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы | | |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний | | |
| Тема | Прыжки на двух ногах | | |
| Цель | Развитие двигательных навыков учащихся в процессе изучения прыжкам на двух ногах | | |
| Задачи | Коррекционно- образовательные: разучить прыжки на двух ногах, повторить построение в круг, разучить упражнения для укрепления мышц ног, разучить подвижную игру с элементами лазания Коррекционно- развивающие: развивать координацию и ловкость Коррекционно- воспитательные: учить выполнять установленные нормы поведения | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. | Приветствие.Построение | Строятся под контролем учителя в шеренгу и | |

| | | | |
|--|---|--|--|
| Организационный этап | в шеренгу | приветствуют учителя | |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Освоение построения и передвижения за учителем в колонне | Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы | Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп, дистанцию во время движения, удерживая правильную осанку во время ходьбы |
| 3. Открытие новых знаний | Освоение построения в круг. Выполнение упражнений для укрепления мышц ног | Выполняют построение в круг с помощью учителя. Выполняют упражнения для укрепления мышц ног, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы | Строятся в круг. Выполняют упражнения для укрепления мышц ног |
| 4. Первичное закрепление материала | Освоение прыжков на двух ногах | Выполняют прыжки после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий) | Выполняют прыжки после инструкции и показа учителя |
| 5. Включение в | Коррекционная игра с | Участвуют в подвижной | Играют в подвижную игру |

| | | | |
|----------------------------------|--|---|--|
| систему знаний и повторение | элементами лазания | игре по показу и инструкции учителя | по инструкции учителя |
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 11

| | | | |
|-------------------------------------|---|--------------------------|---------------------|
| Предмет | Адаптивная физическая культура | | |
| Класс | 1 | | |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы | | |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний | | |
| Тема | Прыжки на одной ноге на месте | | |
| Цель | Развитие двигательных навыков учащихся в процессе изучения прыжкам на одной ноге | | |
| Задачи | Коррекционно- образовательные: ознакомить с прыжками на одной ноге, разучить коррекционную игру с элементами перестроений Коррекционно- развивающие: формирование навыка ориентировки в схеме своего тела Коррекционно- воспитательные: учить выполнять установленные нормы поведения | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |

| | | | |
|--|--|--|--|
| 1. Организационный этап | Приветствие. Построение в шеренгу | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Подвижная игра с элементами перестроений. Выполнение бега в чередовании с ходьбой | Участвуют в подвижной игре. Выполняют бег в чередовании с ходьбой под контролем учителя | Играют в подвижную игру. Выполняют бег в чередовании с ходьбой |
| 3. Открытие новых знаний | Построение в круг. Выполнение упражнений для укрепления мышц ног. Различение правой и левой ноги | Выполняют построение в круг с помощью учителя. Выполняют упражнения для укрепления мышц ног, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы | Строятся в круг. Выполняют упражнения для укрепления мышц ног |
| 4. Первичное закрепление материала | Выполнение подпрыгиваний на одной ноге, сохранение равновесия | Выполняют прыжки после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий) | Выполняют прыжки после инструкции и показа учителя |
| 5. Включение в | Коррекционная игра с | Участвуют в подвижной | Играют в подвижную игру |

| | | | |
|----------------------------------|--|---|--|
| систему знаний и повторение | бросками и ловлей | игре по показу и инструкции учителя | по инструкции учителя |
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 12

| | | | |
|-------------------------------------|--|--------------------------|--|
| Предмет | Адаптивная физическая культура | | |
| Класс | 1 | | |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы, мячи по количеству обучающихся | | |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний | | |
| Тема | Прыжки с продвижением вперед, назад | | |
| Цель | Развитие двигательных навыков учащихся в процессе изучения прыжкам на двух ногах с продвижением вперед, назад | | |
| Задачи | <p>Коррекционно- образовательные: ознакомить с прыжками с продвижением, познакомить с общеразвивающими упражнениями с малыми мячами, разучить коррекционную игру с метанием</p> <p>Коррекционно- развивающие: развивать ловкость и координацию движений</p> <p>Коррекционно- воспитательные: развивать умение контролировать двигательные действия</p> | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |

| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
|--|---|--|---|
| 1. Организационный этап | Приветствие. Построение в шеренгу | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Подвижная игра с элементами перестроений. Выполнение бега в чередовании с ходьбой | Участвуют в подвижной игре. Выполняют бег в чередовании с ходьбой под контролем учителя | Играют в подвижную игру. Выполняют бег в чередовании с ходьбой |
| 3. Открытие новых знаний | Построение в круг. Ознакомление с общеразвивающими упражнениями с малыми мячами | Выполняют построение в круг с помощью учителя. Выполняют упражнения с малыми мячами, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы | Строятся в круг. Выполняют упражнения с малыми мячами |
| 4. Первичное закрепление материала | Выполнение несколько подпрыгиваний подряд в заданном направлении | Ориентируются в направлении движений с помощью педагога. Прыгают на двух ногах с продвижением вперед | Выполняют прыжки в заданном направлении, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры |
| 5. Включение в систему знаний и повторение | Коррекционная игра с метанием | Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Играют в подвижную игру по инструкции учителя |
| 6. Рефлексия | Подведение итогов, | Оценивают результат | Оценивают результат своей |

| | | | |
|---------------------|---------------------------------|---|--|
| (подведение итогов) | оценка деятельности обучающихся | своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | деятельности, используя различные движения |
|---------------------|---------------------------------|---|--|

Урок 13

| | | | |
|-------------------------------------|--|---|---------------------|
| Предмет | Адаптивная физическая культура | | |
| Класс | 1 | | |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы, мячи по количеству обучающихся | | |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний | | |
| Тема | Прыжки с продвижением вправо, влево | | |
| Цель | Развитие двигательных навыков учащихся в процессе изучения прыжкам на двух ногах с продвижением вправо, влево | | |
| Задачи | <p>Коррекционно-образовательные: ознакомить с прыжками с продвижением, разучить коррекционную игру с элементами строевых команд</p> <p>Коррекционно-развивающие: развивать ловкость и координацию движений</p> <p>Коррекционно-воспитательные: развивать умение контролировать двигательные действия</p> | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Приветствие. Построение в шеренгу | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | |

| | | | |
|--|---|--|--|
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Подвижная игра с элементами перестроений. Выполнение бега в чередовании с ходьбой | Участвуют в подвижной игре. Выполняют бег в чередовании с ходьбой под контролем учителя | Играют в подвижную игру. Выполняют бег в чередовании с ходьбой |
| 3. Открытие новых знаний | Построение в круг. Ознакомление с общеразвивающими упражнениями с малыми мячами | Выполняют построение в круг с помощью учителя. Выполняют упражнения с малыми мячами, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы | Строятся в круг. Выполняют упражнения с малыми мячами |
| 4. Первичное закрепление материала | Ориентирование в пространстве в процессе выполнения прыжков с продвижением в заданном направлении, с сохранением устойчивого равновесия | Прыгают на двух ногах с продвижением вправо, влево с помощью педагога | Выполняют прыжки в заданном направлении |
| 5. Включение в систему знаний и повторение | Коррекционная игра с элементами строевых команд | Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Играют в подвижную игру по инструкции учителя |
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 14

| | | | |
|--|--|---|---|
| Предмет | Адаптивная физическая культура | | |
| Класс | 1 | | |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы | | |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний | | |
| Тема | Прыжки через начерченную линию | | |
| Цель | Использование зрительных ориентиров для обучения прыжкам в длину | | |
| Задачи | <p>Коррекционно- образовательные: ознакомить с техникой прыжка, разучить комплекс упражнений типа зарядки, познакомить с коррекционной игрой с элементами строевых команд</p> <p>Коррекционно- развивающие: развивать внимание и координацию движений</p> <p>Коррекционно- воспитательные: развивать умение контролировать двигательные действия</p> | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Приветствие. Построение в шеренгу | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Беседа о значении утренней гимнастики. Выполнение бега в чередовании с | Отвечают на вопросы односложно. Выполняют бег в чередовании с ходьбой | Отвечают на вопросы целым предложением. Выполняют бег в чередовании с ходьбой |

| | | | |
|--|--|---|---|
| | ходьбой | под контролем учителя | |
| 3. Открытие новых знаний | Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений типа зарядки | Выполняют построение в круг с помощью учителя. Выполняют упражнения типа зарядки, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы | Строятся в круг. Выполняют упражнения типа зарядки |
| 4. Первичное закрепление материала | Выполнение прыжковых упражнений, сохраняя равновесие при приземлении | Перепрыгивают через начерченную линию, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы | Перепрыгивают через начерченную линию после инструкции и показа учителя |
| 5. Включение в систему знаний и повторение | Коррекционная игра с элементами строевых команд | Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Играют в подвижную игру по инструкции учителя |
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 15

| | |
|---------|--------------------------------|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
|---------|--------------------------------|

| | | | |
|--|---|---|---|
| Класс | 1 | | |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы | | |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний | | |
| Тема | Прыжки через шнур | | |
| Цель | Развитие координации движений в прыжках | | |
| Задачи | Коррекционно- образовательные: разучить прыжок через шнур, повторить комплекс утренней гимнастики, закрепить ходьбу в колонне по одному с различными заданиями для рук Коррекционно- развивающие: развивать ловкость Коррекционно- воспитательные: воспитывать смелость, находчивость | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Приветствие. Построение в шеренгу | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение ходьбы в колонне по одному с различными заданиями для рук | Выполняют ходьбу в колонне, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы | Выполняют ходьбу в колонне по одному с различными заданиями для рук по показу учителя |
| 3. Открытие новых знаний | Построение в круг. Выполнение | Выполняют построение в круг с помощью | Строятся в круг. Выполняют упражнения типа зарядки |

| | | | |
|--|---|--|--|
| | комплекса утренней гимнастики | учителя.Выполняют упражнения типа зарядки, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы | |
| 4. Первичное закрепление материала | Перепрыгивание через шнур, сохраняя устойчивое равновесие | Перепрыгивают через шнур, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы | Перепрыгивают через шнур после инструкции и показа учителя |
| 5. Включение в систему знаний и повторение | Коррекционная игра с бегом | Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Играют в подвижную игру по инструкции учителя |
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 16

| | |
|-------------------------------------|--|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы, мячи для метания, набивные мячи |

| | | | |
|--|--|--|---|
| Тип урока | Урок открытия новых знаний | | |
| Тема | Прыжки через набивной мяч | | |
| Цель | Обучение умению прыгать с продвижением вперёд | | |
| Задачи | Коррекционно- образовательные: разучить технику выполнения прыжков через набивной мяч, повторить построение в круг, ознакомить с упражнениями для развития мышц кистей рук и пальцев Коррекционно- развивающие: развивать мелкую моторику рук Коррекционно- воспитательные: воспитывать смелость, находчивость | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Приветствие. Построение в шеренгу | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение ходьбы со сменой положений рук | Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы | Выполняют ходьбу в колонне по одному с различными заданиями для рук по показу учителя |
| 3. Открытие новых знаний | Проверка домашнего задания. Построение в круг. Ознакомление с упражнениями для развития мышц кистей рук и пальцев | Выполняют построение в круг с помощью учителя. Выполняют 3-4 упражнения | Строятся в круг. Выполняют упражнения по словесной инструкции и показу |
| 4. Первичное закрепление материала | Выполнение прыжка через предмет, отталкиваясь | Перепрыгивают(перешагивают) через набивной мяч, ориентируясь на образец | Перепрыгивают через набивной мяч |

| | | | | |
|--|--|---------------|---|--|
| | одновременно ногами и приземляясь | двумя и мягко | выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы | |
| 5. Включение в систему знаний и повторение | Коррекционная игра с метанием | с | Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Играют в подвижную игру по инструкции учителя |
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | , | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 17

| | |
|-------------------------------------|---|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний |
| Тема | Прыжки с ноги на ногу |
| Цель | Развитие взрывной силы ног, равновесия и координации |
| Задачи | Коррекционно- образовательные: разучить прыжковые упражнения, повторить ходьбу с хлопками, продолжить знакомство с упражнениями развития мышц кистей рук и пальцев Коррекционно- развивающие: укреплять связки, улучшать работу суставов Коррекционно- воспитательные: воспитывать смелость, находчивость |
| Этапы урока | Содержание деятельности |

| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
|--|---|--|---|
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Приветствие. Построение в шеренгу | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение ходьбы с хлопками | Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы | Выполняют ходьбу в колонне по одному с различными заданиями для рук по показу учителя |
| 3. Открытие новых знаний | Построение в круг. Выполнение упражнений для развития мышц кистей рук и пальцев | Выполняют построение в круг с помощью учителя. Выполняют 3-4 упражнения | Строятся в круг. Выполняют упражнения по словесной инструкции и показу |
| 4. Первичное закрепление материала | Ознакомление с прыжком с ноги на ногу | Выполняют прыжки после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий) | Перепрыгивают с ноги на ногу на отрезках |
| 5. Включение в систему знаний и | Коррекционная игра с прыжками | Участвуют в подвижной игре по показу и | Играют в подвижную игру по инструкции учителя |

| | | | |
|----------------------------------|--|---|--|
| повторение | | инструкции учителя | |
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 18

| | | | |
|-------------------------------------|---|--------------------------|---------------------|
| Предмет | Адаптивная физическая культура | | |
| Класс | 1 | | |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы | | |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний | | |
| Тема | Прыжок в длину с места | | |
| Цель | Ознакомление с техникой выполнения прыжка в длину с места | | |
| Задачи | <p>Коррекционно-образовательные: познакомить с техникой прыжка в длину с места, с упражнениями для укрепления голеностопных суставов и стоп, повторить ходьбу со сменой положения рук</p> <p>Коррекционно-развивающие: развивать подвижность суставов, обогащать словарный запас</p> <p>Коррекционно-воспитательные: формировать умение проявлять дисциплинированность, ответственность</p> | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |

| | | | |
|--|--|--|---|
| 1. Организационный этап | Приветствие. Построение в шеренгу | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение ходьбы со сменой положения рук | Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя | Выполняют ходьбу в колонне по одному с различными заданиями для рук по показу учителя |
| 3. Открытие новых знаний | Построение в круг. Выполнение упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп. Ознакомление с названием и техникой выполнения прыжка | Выполняют построение в круг с помощью учителя. Выполняют 3-4 упражнения | Строятся в круг. Выполняют упражнения по словесной инструкции и показу |
| 4. Первичное закрепление материала | Выполнение прыжка в длину с места | Выполняют прыжки после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий) | Перепрыгивают с ноги на ногу на отрезках |
| 5. Включение в систему знаний и повторение | Коррекционная игра с прыжками | Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Играют в подвижную игру по инструкции учителя |

| | | | |
|-------------------------------------|--|---|--|
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |
|-------------------------------------|--|---|--|

Урок 19

| | | | |
|-------------------------------------|---|--------------------------|---------------------|
| Предмет | Адаптивная физическая культура | | |
| Класс | 1 | | |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы | | |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний | | |
| Тема | Правильный захват различных предметов | | |
| Цель | Развитие умения правильно захватывать большие предметы двумя руками, равномерно распределяя пальцы на предмете | | |
| Задачи | <p>Коррекционно-образовательные: разучивать технику выполнения захвата различных по величине и форме предметов одной и двумя руками, упражнения на осанку, закрепить подвижную игру с бросками и ловлей</p> <p>Коррекционно-развивающие: развивать мелкую моторику посредством техники захвата различных по величине и форме предметов одной и двумя руками</p> <p>Коррекционно-воспитательные: развивать умение контролировать двигательные действия</p> | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |

| | | | |
|--|--|--|--|
| 1. Организационный этап | Приветствие. Построение в шеренгу | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение обыкновенной ходьбы в чередовании с ходьбой по линии, обозначенной на полу, сохраняя равновесие | Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения | Выполняют ходьбу по инструкции учителя |
| 3. Открытие новых знаний | Построение в круг. Выполнение упражнений на осанку | Выполняют построение в круг с помощью учителя. Выполняют 3-4 упражнения | Строятся в круг. Выполняют упражнения по словесной инструкции и показу |
| 4. Первичное закрепление материала | Ознакомление с правильным захватом различных предметов | Выполняют захват и удержание различных предметов для выполнения метания после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий); бросают и ловят волейбольные мячи по прямому указанию учителя | Осваивают и удерживают правильный захват различных предметов для выполнения метания одной и двумя руками по показу учителя |
| 5. Включение в | Коррекционная игра с | Участвуют в подвижной | Играют в подвижную игру |

| | | | |
|----------------------------------|--|---|--|
| систему знаний и повторение | бросками и ловлей | игре по показу и инструкции учителя | по инструкции учителя |
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 20

| | | | |
|-------------------------------------|--|--------------------------|--|
| Предмет | Адаптивная физическая культура | | |
| Класс | 1 | | |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы, мячи разного диаметра | | |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний | | |
| Тема | Прием и передача мяча в круге | | |
| Цель | Ознакомление учащихся с приёмом и передачей мячей различного диаметра по кругу | | |
| Задачи | <p>Коррекционно-образовательные: формировать умение принимать и передавать мячи разного диаметра по кругу, в шеренге, в колонне, повторить захват мячей разного диаметра</p> <p>Коррекционно-развивающие: развивать мелкую моторику посредством техники захвата различных по величине и форме предметов одной и двумя руками</p> <p>Коррекционно-воспитательные: воспитывать умение взаимодействовать с одноклассниками при выполнении заданий с мячом</p> | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |

| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
|--|--|---|---|
| 1. Организационный этап | Приветствие. Построение в шеренгу | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение бега в медленном темпе, чередование ходьбы и бега | Выполняют бег в медленном темпе под контролем учителя | Выполняют бег в медленном темпе, чередование ходьбы и бега |
| 3. Открытие новых знаний | Построение в круг. Выполнение упражнений для укрепления туловища | Выполняют построение в круг с помощью учителя. Выполняют 3-4 упражнения | Строятся в круг. Выполняют упражнения по словесной инструкции и показу |
| 4. Первичное закрепление материала | Передача и прием мяча в круге | Принимают и передают мяч в круге, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы | Выполняют прием и передачу мяча в круге после инструкции и показа учителя |
| 5. Включение в систему знаний и повторение | Коррекционная игра с бросками и ловлей | Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Играют в подвижную игру по инструкции учителя |
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

| | | | |
|---|--|--------------------------|--|
| Предмет | Адаптивная физическая культура | | |
| Класс | 1 | | |
| Методическое обеспечение | Конусы, мячи | | |
| Тип урока | Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности) | | |
| Тема | Прием и передача мяча в круге | | |
| Цель | Закрепление приёма и передач мячей различного диаметра по кругу | | |
| Задачи | <p>Коррекционно-образовательные: закрепить умение принимать и передавать мяч в круге, повторить бег в медленном темпе, разучить упражнения для укрепления туловища</p> <p>Коррекционно-развивающие: коррегировать основные движения (ходьба, бег)</p> <p>Коррекционно-воспитательные: воспитывать дисциплинированность</p> | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение шеренгу. Приветствие | в | Приветствуют педагога, проверяют уровень своей готовности к уроку |
| 2. Актуализации знаний обучающихся. Мотивация учебной | Выполнение бега в медленном темпе, чередование ходьбы и бега | в | <p>Выполняют бег в медленном темпе под контролем учителя</p> <p>Выполняют бег в медленном темпе, чередование ходьбы и бега</p> |

| | | | |
|---|---|--|--|
| деятельности | | | |
| 3. Включение изученного в систему знаний | Построение в круг.Выполнение упражнений для укрепления туловища.Передача и прием мяча в круге | Выполняют построение в круг с помощью учителя.Выполняют 3-4 упражнения.Принимают и передают мяч в круге, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы | Строятся в круг.Выполняют упражнения по словесной инструкции и показу.Выполняют прием и передача мяча в круге после инструкции и показа учителя. |
| 4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний | Коррекционная игра | Участвуют в коррекционной игре, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий | Играют в коррекционную игру |
| 5. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 22

| | |
|-------------------------------------|--|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы, мячи для большого тенниса |

| | | | |
|--|--|---|--|
| Тип урока | Урок открытия новых знаний | | |
| Тема | Произвольное метание малых мячей | | |
| Цель | Ознакомление учащихся техникой метания мячей | | |
| Задачи | <p>Коррекционно- образовательные: формировать представление о техники метания мячей, познакомить с правильным захватом малого мяча, повторить комплекс общеразвивающих упражнений</p> <p>Коррекционно- развивающие: развивать мелкую моторику</p> <p>Коррекционно- воспитательные: воспитывать умение взаимодействовать с одноклассниками в игровой деятельности</p> | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение бега по прямой в шеренге | Выполняют бег под контролем учителя | Выполняют бег после инструкции, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры |
| 3. Открытие новых знаний | Построение в круг. Выполнение общеразвивающих упражнений | Выполняют построение в круг с помощью учителя. Выполняют 3-4 упражнения | Строятся в круг. Выполняют упражнения по словесной инструкции и показу |
| 4. Первичное закрепление материала | Освоение правильного захвата и произвольного метания малого мяча | Принимают и передают мяч в круге, ориентируясь на образец выполнения | Выполняют захват и удержание различных предметов для выполнения метания после инструкции и |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | учителем и/или обучающимися 2 группы.Выполняют различные виды метания малых мячей после инструкции и неоднократного показа учителя | показа учителя |
| 5. Включение в систему знаний и повторение | Коррекционная игра с элементами общеразвивающих упражнений | Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Играют в подвижную игру по инструкции учителя |
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 23

| | |
|-------------------------------------|--|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы, мячи для волейбола |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний |
| Тема | Произвольное метание мячей |
| Цель | Ознакомление учащихся техникой метания мячей |

| | | | |
|--|--|--|---|
| Задачи | Коррекционно- образовательные: формировать представление о техники метания мячей, разучить общеразвивающих и специальных упражнений на осанку, закрепить коррекционную игру с бегом Коррекционно- развивающие: корригировать осанку. Коррекционно- воспитательные: воспитывать умение взаимодействовать с одноклассниками в игровой деятельности | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение ходьбы с сохранением правильной осанки | Выполняют ходьбу под контролем учителя | Выполняют ходьбу по указанию учителя |
| 3. Открытие новых знаний | Построение в круг. Выполнение общеразвивающих и специальных упражнений на осанку | Выполняют построение в круг с помощью учителя. Выполнение общеразвивающих и специальных упражнений на осанку | Строятся в круг. Выполняют упражнения после инструкции и показа учителя |
| 4. Первичное закрепление материала | Выполнение произвольного метания больших мячей | Выполнение произвольного метания больших мячей | Выполняют различные виды метание большого мяча по показу учителя |
| 5. Включение в систему знаний и повторение | Коррекционная игра с бегом | Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Играют в подвижную игру по инструкции учителя |

| | | | |
|-------------------------------------|--|---|--|
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |
|-------------------------------------|--|---|--|

Урок 24

| | | | |
|-------------------------------------|---|---|---------------------|
| Предмет | Адаптивная физическая культура | | |
| Класс | 1 | | |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы, мячи для волейбола | | |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний | | |
| Тема | Броски и ловля волейбольных мячей | | |
| Цель | Ознакомление учащихся техникой ловли и броска мяча | | |
| Задачи | <p>Коррекционно- образовательные: формировать представление о технике броска и ловли мячей, закреплять построение в круг, разучить упражнения с волейбольным мячом, повторить коррекционную игру с прыжками</p> <p>Коррекционно- развивающие: развивать ловкость</p> <p>Коррекционно- воспитательные: воспитывать умение взаимодействовать с одноклассниками в игровой деятельности</p> | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | |
| 2. Актуализация | Ходьба в колонне по | Выполняют ходьбу, | Выполняют ходьбу по |

| | | | |
|--|--|---|--|
| знаний.Мотивация к учебной деятельности | одному с хлопками | ориентируюсь на образец выполнения учителем | показу учителя |
| 3. Открытие новых знаний | Построение в круг.Выполнение упражнений с волейбольным мячом | Выполняют построение в круг с помощью учителя.Выполняют 3-4 упражнения с мячом | Строятся в круг.Выполняют упражнения по инструкции учителя |
| 4. Первичное закрепление материала | Подбрасывание мяча на разную высоту, выполнение ловли прямыми руками падающий мяч на уровне головы | Бросают и ловят волейбольный мяч по прямому указанию учителя | Бросают и ловят волейбольные мячи по прямому указанию учителя |
| 5. Включение в систему знаний и повторение | Коррекционная игра с прыжками | Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Играют в подвижную игру по инструкции учителя |
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 25

| | |
|-------------------------------------|-----------------------------------|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы, мячи для волейбола |

| | | | |
|--|---|---|--|
| Тип урока | Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности) | | |
| Тема | Броски и ловля волейбольных мячей | | |
| Цель | Формирование навыка броска и ловли мяча | | |
| Задачи | <p>Коррекционно- образовательные: повторить броски и ловлю мячей, закрепить построение в круг, разучить подвижную игру</p> <p>Коррекционно- развивающие: развивать ловкость, обогащать словарный запас</p> <p>Коррекционно- воспитательные: воспитывать умение взаимодействовать с одноклассниками в игровой деятельности</p> | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Ходьба с хлопками в колонне по одному | Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем | Выполняют ходьбу по показу учителя |
| 3. Включение изученного в систему знаний | Построение в круг. Выполнение упражнений с волейбольным мячом. Подбрасывание мяча на разную высоту, выполнение ловли прямыми руками падающий мяч на уровне | Выполняют построение в круг с помощью учителя. Выполняют 3-4 упражнения с мячом. Бросают и ловят волейбольный мяч по прямому указанию учителя | Строятся в круг. Выполняют упражнения по инструкции учителя. Бросают и ловят волейбольные мячи по прямому указанию учителя |

| | | | |
|--|--|---|--|
| | головы | | |
| 4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний | Коррекционная игра с бегом | Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Играют в подвижную игру по инструкции учителя |
| 5. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 26

| | |
|-------------------------------------|--|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы, музыка для физкультминутки |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний |
| Тема | Метание колец на шести |
| Цель | Ознакомление с метанием колец на шести |
| Задачи | Коррекционно- образовательные: разучить упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев, учить построению врассыпную, повторить упражнения для кистей рук и пальцев Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений, общую моторику, произвольное внимание Коррекционно- воспитательные: воспитывать настойчивость |
| Этапы урока | Содержание деятельности |

| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
|--|---|---|---|
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение ходьбы со сменой положений рук. Ознакомление с упражнениями для развития мышц кистей рук и пальцев | Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения наименьшее количество раз | Выполняют ходьбу по прямому указанию учителя. Выполняют комплекс упражнений по показу учителя |
| 3. Открытие новых знаний | Ознакомление с размещением «врассыпную». Определение названия спортивного инвентаря | Размещаются «врассыпную» с помощью учителя | Самостоятельно строятся «врассыпную» |
| 4. Первичное закрепление материала | Принятие правильного исходного положения во время метания, правильное удержание кольца | Метают кольца на шесты после инструкции и неоднократного показа учителя | Выполняют метания колец на шесты после инструкции и показа учителя |
| 5. Включение в систему знаний и повторение | Игра «Кольцеброс» | Выполняют игровые задания | Играют в игру |
| 6. Рефлексия | Подведение итогов, оценка | Оценивают результат | Оценивают результат |

| | | | |
|---------------------|--------------------------|---|--|
| (подведение итогов) | деятельности обучающихся | своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | своей деятельности, используя различные движения |
|---------------------|--------------------------|---|--|

Урок 27

| | | | |
|---|--|---|---|
| Предмет | Адаптивная физическая культура | | |
| Класс | 1 | | |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы, мячи для волейбола | | |
| Тип урока | Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности) | | |
| Тема | Метание колец на шесты | | |
| Цель | Формирование навыка метания колец на шесты | | |
| Задачи | Коррекционно-образовательные: закрепить названия оборудования и технику метания колец на шесты, повторить построение в рассыпную Коррекционно-развивающие: развивать глазомер, обогащать словарный запас Коррекционно-воспитательные: воспитывать находчивость, смелость | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной | Выполнение ходьбы со сменой положений рук. Ознакомление с | Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения | Выполняют ходьбу по прямому указанию учителя. Выполняют комплекс упражнений по показу |

| | | | |
|---|--|--|--|
| деятельности | упражнениями для развития мышц кистей рук и пальцев | учителем и/или обучающимися 2 группы.Выполняют упражнения наименьшее количество раз | учителя |
| 3. Включение изученного в систему знаний | Построение «врассыпную».Закрепление названия спортивного инвентаря | Размещаются «врассыпную» с помощью учителя.Метают кольца на шесты после инструкции и неоднократного показа учителя | Самостоятельно строятся«врассыпную».Выполняют метания колец на шесты после инструкции и показа учителя |
| 4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний | Игра «Кольцеброс» | Участвуют в подвижной игре по инструкции учителя | Участвуют в игре после инструкции учителя |
| 5. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 28

| | |
|--------------|-----------------------------------|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально- | Фишки, конусы, мячи для волейбола |

| | | | |
|--|--|---|--|
| техническое обеспечение | | | |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний | | |
| Тема | Метание большого мяча двумя руками из-за головы | | |
| Цель | Ознакомление учащихся техникой метания большого мяча двумя руками из-за головы | | |
| Задачи | <p>Коррекционно- образовательные: формировать представление о технике метания мячей, повторять построение в круг, разучить упражнения с волейбольным мячом</p> <p>Коррекционно- развивающие: развивать ловкость</p> <p>Коррекционно- воспитательные: воспитывать умение взаимодействовать с одноклассниками в игровой деятельности</p> | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение ходьбы с хлопками. Выполнение бега по коридорчику | Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют бег по коридорчику с помощью учителя | Выполняют ходьбу. Выполняют бег по коридорчику по инструкции учителя |
| 3. Открытие новых знаний | Построение в круг. Выполнение упражнений | Выполняют построение в круг с помощью учителя. Выполняют 3-4 | Строятся в круг. Выполняют упражнения по инструкции учителя |

| | волейбольным мячом | упражнения с мячом | |
|--|---|---|--|
| 4. Первичное закрепление материала | Принятие правильного положения во время метания, выполнение метания большого мяча способом из-за головы | Метают большой мяч двумя руками из-за головы, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы | Выполняют метание большого мяча двумя руками из-за головы после инструкции учителя |
| 5. Включение в систему знаний и повторение | Подвижная игра с бегом | Участвуют в подвижной игре по инструкции учителя | Участвуют в игре после инструкции учителя |
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 29

| | |
|-------------------------------------|--|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы, мячи для волейбола |
| Тип урока | Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности) |
| Тема | Метание большого мяча двумя руками из-за головы |
| Цель | Формирование навыка метания большого мяча двумя руками из-за головы |
| Задачи | Коррекционно-образовательные: закрепить представление о технике метания мячей, |

| | | | |
|--|--|---|--|
| | повторять построение в круг, закрепить упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев Коррекционно- развивающие: развивать глазомер, обогащать словарный запас Коррекционно- воспитательные: воспитывать находчивость, смелость | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение ходьбы со сменой положений рук. Ознакомление с упражнениями для развития мышц кистей рук и пальцев | Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения наименьшее количество раз | Выполняют ходьбу по прямому указанию учителя. Выполняют комплекс упражнений по показу учителя |
| 3. Включение изученного в систему знаний | Построение «врассыпную». Принятие правильного положения во время метания, выполнение метания большого мяча способом из-за головы | Размещаются «врассыпную» с помощью учителя. Метают большой мяч двумя руками из-за головы, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы | Самостоятельно строятся «врассыпную». Выполняют метание большого мяча двумя руками из-за головы после инструкции учителя |

| | | | |
|--|--|---|--|
| 4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний | Подвижная игра «Вышибалы» | Участвуют в подвижной игре по инструкции учителя | Участвуют в игре после инструкции учителя |
| 5. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 30

| | | |
|-------------------------------------|--|--------------------------|
| Предмет | Адаптивная физическая культура | |
| Класс | 1 | |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы, мячи для волейбола | |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний | |
| Тема | Метание мяча снизу с места в стену | |
| Цель | Ознакомление учащихся техникой метания мяча снизу с места в стену | |
| Задачи | Коррекционно-образовательные: формировать представление о технике метания мячей, повторять построение в круг, разучить упражнения с волейбольным мячом Коррекционно-развивающие: развивать ловкость Коррекционно-воспитательные: воспитывать умение взаимодействовать с одноклассниками в игровой деятельности | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся |

| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
|--|--|---|--|
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение ходьбы в колонне по одному с различными заданиями для рук. Повторение бега по коридорчику | Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют бег по коридорчику с помощью учителя | Выполняют ходьбу. Выполняют бег по коридорчику по инструкции учителя |
| 3. Открытие новых знаний | Построение в круг. Выполнение комплекса упражнений для укрепления туловища | Выполняют построение в круг с помощью учителя. Выполняют 5-6 упражнений комплекса | Строятся в круг. Выполняют упражнения по инструкции учителя |
| 4. Первичное закрепление материала | Освоение правильного удержания мяча, ориентирование в пространстве, соразмерение своих усилий | Метают мяч снизу с места в стену, ориентируясь на образец выполнения учителем | Выполняют метание мяча снизу с места в стену после инструкции и показа учителя |
| 5. Включение в систему знаний и повторение | Подвижная игра с метанием | Участвуют в подвижной игре по инструкции учителя | Участвуют в игре после инструкции учителя |
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

| | | | |
|--|--|-----------------|--|
| | | вопросы учителя | |
|--|--|-----------------|--|

| | | | |
|--|--|--|---|
| Предмет | Адаптивная физическая культура | | |
| Класс | 1 | | |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы, мячи для волейбола | | |
| Тип урока | Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности) | | |
| Тема | Метание мяча снизу с места в стену | | |
| Цель | Формирование навыка метания мяча | | |
| Задачи | Коррекционно-образовательные: закрепить представление о технике метания мячей, повторять построение в круг, разучить упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев. Коррекционно-развивающие: развивать мелкую и крупную моторику. Коррекционно-воспитательные: воспитывать находчивость, смелость | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение ходьбы со сменой положений рук. Ознакомление с упражнениями для развития мышц кистей | Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 | Выполняют ходьбу по прямому указанию учителя. Выполняют комплекс упражнений по показу учителя |

| | | | |
|---|---|--|--|
| | рук и пальцев | группы.Выполняют упражнения наименьшее количество раз | |
| 3. Включение изученного в систему знаний | Построение «врассыпную».Принятие правильного положения во время метания, выполнение метания большого мяча способом из-за головы | Размещаются «врассыпную» с помощью учителя.Метают большой мяч двумя руками из-за головы, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы | Самостоятельно строятся«врассыпную».Выполняют метание большого мяча двумя руками из-за головы после инструкции учителя |
| 4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний | Подвижная игра «Вышибалы» | Участвуют в подвижной игре по инструкции учителя | Участвуют в игре после инструкции учителя |
| 5. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 32

| | |
|---------|--------------------------------|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |

| | | | |
|--|--|---|--|
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы, мячи для волейбола | | |
| Тип урока | Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности) | | |
| Тема | Подвижная игра «Гуси-лебеди» | | |
| Цель | Развитие двигательной активности детей через подвижную игру | | |
| Задачи | <p>· Коррекционно- образовательные: обогащать словарный запас детей, закреплять умения выполнять действия взятой на себя роли, упражнять в беге, повторять построение в «рассыпную», разучить комплекс упражнений. · Коррекционно- развивающие: развивать умения выполнять движения в соответствии с текстом, · продолжать развивать у детей ловкость, сообразительность, быстроту реакции. · Коррекционно- воспитательные: воспитывать доброжелательные отношения друг к другу, целеустремлённость, положительный эмоциональный настрой</p> | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение бега по прямой в шеренге | Выполняют бег под контролем учителя | Выполняют бег по указанию учителя |
| 3. Включение изученного в | Построение «врассыпную». Выполнение | Размещаются «врассыпную» с | Самостоятельно строятся «врассыпную». Выполняют |

| | | | |
|---|--|---|---|
| систему знаний | общеразвивающих упражнений | помощью учителя.Выполняют 3-5 упражнений | 3-5 упражнений |
| 4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний | Закрепление слов и правил подвижный игры.Ориентирование в пространстве, свободное передвижение | Участвуют в игре по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя) | Участвуют в игре по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя) |
| 5. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 33

| | |
|-------------------------------------|--|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы, мячи для волейбола |
| Тип урока | Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности) |
| Тема | Подвижная игра «У медведя во бору» |
| Цель | Развитие двигательной активности детей через подвижную игру |

| | | | |
|--|---|--|---|
| Задачи | <p>· Коррекционно- образовательные: обогащать словарный запас детей, закреплять умения выполнять действия взятой на себя роли, упражнять в беге. · Коррекционно-развивающие: развивать умения выполнять движения в соответствии с текстом, · продолжать развивать у детей ловкость, сообразительность, быстроту реакции. · Коррекционно- воспитательные: воспитывать доброжелательные отношения друг к другу, целеустремлённость, положительный эмоциональный настрой</p> | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение ходьбы со сменой положения рук | Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя | Выполняют ходьбу по указанию учителя |
| 3. Включение изученного в систему знаний | Построение «врассыпную». Выполнение упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп. Повторение речитативов игры. Выполнение правильного захвата предметов, свободное перемещение | Размещаются «врассыпную» с помощью учителя. Выполняют упражнения наименьшее количество раз | Самостоятельно строятся «врассыпную». Выполняют комплекс упражнений по показу |

| | | | |
|--|--|---|--|
| 4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний | Игровые задание | Участвуют в игре по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя) | Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя |
| 5. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 34

| | |
|-------------------------------------|--|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы, мячи для волейбола |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний |
| Тема | Значение физических упражнений для здоровья человека. Строевые действия в шеренге и колонне |
| Цель | Ознакомление учащихся техникой выполнения строевых действий |
| Задачи | Коррекционно-образовательные: формировать представление о технике строевых команд, повторять построение в круг, разучить упражнения с волейбольным |

| | | | |
|--|---|--|---|
| | мячом Коррекционно- развивающие: развивать ловкость Коррекционно- воспитательные: воспитывать умение взаимодействовать с одноклассниками в игровой деятельности | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя. | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Беседа о значении физических упражнений. Выполнение строевых действий, ориентирование в пространстве | Просматривают видеоматериал по теоретическим вопросам адаптивной физической культуры. Отвечают на вопросы односложно. Слушают объяснение (инструкцию) учителя с фиксацией на этапах выполнения упражнения на ориентировку в пространстве | Просматривают видеоматериал по теоретическим вопросам адаптивной физической культуры. Отвечают на вопросы предложением. Воспринимают и запоминают расположение зрительных пространственных опор - ориентиров для выполнения построений и перестроений |
| 3. Открытие новых знаний | Построение в круг. Выполнение комплекса упражнений для укрепления туловища | Выполняют построение в круг с помощью учителя. Выполняют 5-6 упражнений комплекса | Строятся в круг. Выполняют упражнения по инструкции учителя |

| | | | |
|--|--|---|--|
| 4. Первичное закрепление материала | Метание мяча снизу с места в стену | Выполняют снизу с места в стену под контролем | Выполняют метание мяча снизу с места в стену после инструкции и показа учителя |
| 5. Включение в систему знаний и повторение | Коррекционная игра | Участвуют в коррекционной игре по инструкции учителя | Участвуют в игре после инструкции учителя |
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 35

| | |
|-------------------------------------|--|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы, мячи для волейбола |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний |
| Тема | Название снарядов, спортивного инвентаря. Гимнастика для пальцев |
| Цель | Развитие точной координации движений, укрепление кистей и пальцев, формирование гибкости и подвижности рук и пальцев |
| Задачи | <ul style="list-style-type: none"> · Коррекционно- образовательные: учить напрягать и расслаблять мышцы, переключаться с одного движения на другое, сгибать и разгибать пальцы рук, противопоставлять большой палец остальным. · Коррекционно- развивающие: развивать подражательную способность, восприятие, память, внимание, речь · Коррекционно- воспитательные: воспитывать умение |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | взаимодействовать с одноклассниками в игровой деятельности | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя. | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Беседа о спортивном инвентаре и оборудовании | Слушают объяснение педагога по теме с чёткими смысловыми акцентами и опорой на наглядность (визуальный план, картинки по теме урока) | Слушают объяснение педагога по теме с чёткими смысловыми акцентами и опорой на наглядность (визуальный план, картинки по теме урока) |
| 3. Открытие новых знаний | Построение в круг. Выполнение гимнастики для пальцев | Выполняют построение в круг с помощью учителя. Выполняют комплекс упражнений ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы | Строятся в круг. Выполняют комплекс упражнений |
| 4. Первичное закрепление материала | Выполнение упражнений с мячом | Выполняют упражнения с мячом по инструкции и по показу учителя | Осваивают и используют игровые умения |
| 5. Включение в | Подвижная игра с мячом | Участвуют в | Участвуют в игре после |

| | | | |
|----------------------------------|--|---|--|
| систему знаний и повторение | | коррекционной игре по инструкции учителя | инструкции учителя |
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 36

| | | | |
|-------------------------------------|---|--------------------------|--|
| Предмет | Адаптивная физическая культура | | |
| Класс | 1 | | |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы, мячи для волейбола | | |
| Тип урока | Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности) | | |
| Тема | Перестроение в круг, взявшись за руки | | |
| Цель | Развитие ориентировки в пространстве | | |
| Задачи | <ul style="list-style-type: none"> · Коррекционно- образовательные: учить детей крепко держаться за руки и не «ломать круг»; · учить детей собираться по команде в одном месте и действовать по сигналу. Коррекционно- развивающие: развивать умение быстро и чётко выполнять строевые приёмы в одиночном порядке и в подгруппе. · Коррекционно- воспитательные: воспитывать доброжелательные отношения друг к другу, целеустремлённость, положительный эмоциональный настрой | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |

| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
|--|--|---|---|
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение бега в медленном темпе, чередование ходьбы и бега | Выполняют бег в медленном темпе под контролем учителя | Выполняют бег в медленном темпе, чередование ходьбы и бега |
| 3. Включение изученного в систему знаний | Построение в круг. Выполнение упражнений с мячом | Принимают и передают мяч в круге, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют простые команды по сигналу учителя с одновременным показом способа выполнения перестроения | Выполняют построение в круг по указанию учителя. Выполняют прием и передача мяча в круге после инструкции и показа учителя. Выполняют перестроение в круг, взявшись за руки |
| 4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний | Коррекционная игра | Участвуют в коррекционной игре, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий | Играют в игру после показа учителем |
| 4. Рефлексия | Подведение итогов, | Оценивают результат | Оценивают результат своей |

Урок 37

| | | | |
|---------------------|---------------------------------|---|--|
| (подведение итогов) | оценка деятельности обучающихся | своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | деятельности, используя различные движения |
|---------------------|---------------------------------|---|--|

| | | | |
|-------------------------------------|---|--|--|
| Предмет | Адаптивная физическая культура | | |
| Класс | 1 | | |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы, мячи для волейбола | | |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний | | |
| Тема | Размыкание на вытянутые руки | | |
| Цель | Формирование способности выполнять перестроения и упражнения для ориентировки | | |
| Задачи | <ul style="list-style-type: none"> · Коррекционно-образовательные: учить выполнять строевые действия в шеренге. · Коррекционно-развивающие: развивать координационные способности, коррекция памяти на основе упражнений в запоминании. · Коррекционно-воспитательные: воспитывать умение взаимодействовать с одноклассниками в игровой деятельности | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя. | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |

| | | | |
|--|--|---|---|
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение ходьбы со сменой положений рук | Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы | Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют упражнения по словесной инструкции и показу |
| 3. Открытие новых знаний | Ознакомление с упражнениями для развития мышц кистей рук и пальцев | Выполняют упражнения 3-4 | Осваивают и используют игровые умения |
| 4. Первичное закрепление материала | Выполнение приставных шагов в сторону, ориентирование в пространстве | Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор - ориентиров для выполнения построений и перестроений | Выполняют команды по построению и перестроению по сигналу учителя (при необходимости ориентируются на образец) |
| 5. Включение в систему знаний и повторение | Подвижная игра с метанием | Участвуют в коррекционной игре по инструкции учителя | Участвуют в игре после инструкции учителя |
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 38

| | |
|---------|--------------------------------|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |

| | | | |
|--|--|---|--|
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы | | |
| Тип урока | Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности) | | |
| Тема | Выполнение строевых команд по показу учителя | | |
| Цель | Развитие ориентировки в пространстве | | |
| Задачи | <p>· Коррекционно- образовательные: развивать умение быстро и чётко выполнять строевые приёмы в одиночном порядке и в подгруппе.</p> <p>· Коррекционно- развивающие: развивать координационные способности, коррекция памяти на основе упражнений в запоминании.</p> <p>· Коррекционно- воспитательные: воспитывать доброжелательные отношения друг к другу, целеустремлённость, положительный эмоциональный настрой</p> | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Закрепление основной стойки. Выполнение основных строевых команд | Выполняют простые виды построений, осваивают на доступном уровне строевые действия в шеренге и колонне (с помощью | Выполняют команды по построению и перестроению по сигналу учителя (при необходимости ориентируются на образец) |

| | | | |
|--|--|---|--|
| | | учителя) | |
| 3. Включение изученного в систему знаний | Выполнение бега по прямой шеренге. Выполнение общеразвивающих упражнений | Выполняют бег под контролем учителя. Выполняют 3-5 упражнений | Выполняют бег после инструкции, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры |
| 4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний | Игры с элементами общеразвивающих упражнений | Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Играют в подвижную игру после инструкции учителя |
| 5. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 39

| | |
|-------------------------------------|--|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы |
| Тип урока | Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности) |
| Тема | Повороты «направо», «налево», по показу учителя и по команде |
| Цель | Развитие ориентировки в пространстве |
| Задачи | · Коррекционно-образовательные: развивать умение быстро и чётко |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | выполнять строевые приёмы в одиночном порядке и в подгруппе. Коррекционно- развивающие: развивать координационные способности, коррекция памяти на основе упражнений в запоминании. Коррекционно- воспитательные: воспитывать доброжелательные отношения друг к другу, целеустремлённость, положительный эмоциональный настрой | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Закрепление основной стойки. Выполнение основных строевых команд | Зрительно воспринимают и оценивают образец выполнения упражнения. Выполняют построение в шеренгу и колонну, ориентируясь на образец выполнения обучающимися 2 группы | Слушают инструкцию, отслеживают и анализируют образец выполнения построений и перестроений |
| 3. Включение изученного в систему знаний | Выполнение бега по прямой в шеренге. Выполнение комплекса утренней | Осваивают и выполняют ходьбу в умеренном темпе. Выполняют 3-4 | Выполняют построение в шеренгу и колонну. Осваивают и выполняют ходьбу в медленном |

| | | | |
|--|--|---|---|
| | гимнастики | упражнения комплекса | (умеренном), среднем и быстром темпе с сохранением правильной осанки, в затылок друг другу и осуществление зрительного контроля за дистанцией. Выполняют комплекс утренней гимнастики |
| 4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний | Ознакомление с подвижной игрой с бегом | Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Играют в подвижную игру после инструкции и показа учителя |
| 5. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 40

| | |
|-------------------------------------|--|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы |
| Тип урока | Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности) |
| Тема | Основные положения и движения рук, ног, туловища, головы |

| | | | |
|--|---|--|---|
| Цель | Развитие общей моторики | | |
| Задачи | <ul style="list-style-type: none"> · Коррекционно- образовательные: формировать умение овладевать двигательными действиями. · Коррекционно- развивающие: развивать пространственно- временную дифференцировку, формировать правильную осанку. · Коррекционно- воспитательные: воспитывать доброжелательные отношения друг к другу, целеустремлённость, положительный эмоциональный настрой | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение построений в шеренгу, в колонну по одному | Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений | Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно- пространственные опоры |
| 3. Включение изученного в систему знаний | Освоение бега в медленном темпе, чередование ходьбы и бега. Выполнение упражнений на основные | Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 | Выполняют упражнения на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища. Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп, |

| | | | |
|--|--|---|--|
| | положения и движения рук, ног, головы, туловища | группы. Выполняют основные положения и движения рук, ног, головы, туловища с наименьшим количеством раз | дистанцию во время движения, удерживая правильную осанку во время ходьбы |
| 4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний | Коррекционная игра на развитие точности движений | Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Играют в подвижную игру после инструкции |
| 4. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 41

| | |
|-------------------------------------|---|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний |
| Тема | Упражнения на дыхания |
| Цель | Формирование умения правильно и глубоко дышать |
| Задачи | · Коррекционно- образовательные: тренировать умение координировать свои |

| | | | |
|--|--|---|---|
| | <p>движения· Коррекционно- развивающие: развить и укрепить дыхательные мышцы Коррекционно- воспитательные: воспитывать умение взаимодействовать с одноклассниками в игровой деятельности</p> | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение бега в чередовании с ходьбой в колонне по одному | Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога | Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному |
| 3. Открытие новых знаний | Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений | Выполняют построение в круг с помощью учителя | Выполняют построение в круг и комплекс утренней зарядки по инструкции учителя |
| 4. Первичное закрепление материала | Выполнение тренировочных упражнений на дыхание во время ходьбы, бега, проговаривание звуков на выдохе | Выполняют корректирующие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя | Выполняют корректирующие упражнения без предметов после показа учителя |
| 5. Включение в систему знаний и повторение | Подвижная игра на внимание | Участвуют в коррекционной игре по инструкции учителя | Участвуют в игре после инструкции учителя |

Урок 42

| | | | |
|----------------------------------|--|---|--|
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |
|----------------------------------|--|---|--|

| | | | |
|-------------------------------------|---|--|---|
| Предмет | Адаптивная физическая культура | | |
| Класс | 1 | | |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы, мячи | | |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний | | |
| Тема | Упражнения на формирование правильной осанки | | |
| Цель | Формирование навыков правильной осанки, повышение уровня мотивации к здоровому образу жизни | | |
| Задачи | <ul style="list-style-type: none"> · Коррекционно- образовательные: разучить упражнения, формирующие правильную осанку, закрепить знания о влиянии неправильной осанки на здоровье человека. · Коррекционно- развивающие: укрепление мышечного корсета, улучшение нервно-мышечной координации · Коррекционно- воспитательные: формировать коммуникативные навыки | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный | Построение в шеренгу | Строятся под контролем учителя в шеренгу и | Самостоятельно находят своё место в строю и |

| | | | |
|--|--|--|---|
| этап | | приветствуют учителя | приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение обыкновенной ходьбы в чередовании с ходьбой по линии, обозначенной на полу, сохраняя равновесие | Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения | Выполняют ходьбу по инструкции учителя |
| 3. Открытие новых знаний | Закрепление положения правильной осанки | Бросают и ловят волейбольные мячи по прямому указанию учителя | Выполняют корректирующие и общеразвивающие упражнения без предметов после показа учителем |
| 4. Первичное закрепление материала | Выполнение упражнений у вертикальной плоскости для формирования правильной осанки | Выполняют упражнения на формирование правильной осанки, ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы) | Осваивают и используют игровые умения |
| 5. Включение в систему знаний и повторение | Подвижная игра с бросанием и ловлей | Участвуют в коррекционной игре по инструкции учителя | Участвуют в игре после инструкции учителя |
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки |

| | | | |
|--|--|---|--|
| Предмет | Адаптивная физическая культура | | |
| Класс | 1 | | |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы | | |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний | | |
| Тема | Упражнения на укрепление мышц туловища | | |
| Цель | Профилактика нарушений осанки | | |
| Задачи | <p>· Коррекционно- образовательные: повторить упражнения, формирующие правильную осанку, закрепить знания о влиянии неправильной осанки на здоровье человека.</p> <p>· Коррекционно- развивающие: укрепление мышечного корсета, улучшение нервно-мышечной координации.</p> <p>· Коррекционно- воспитательные: формировать коммуникативные навыки</p> | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение ходьбы в колонне по одному с различными заданиями для рук | Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения) | Выполняют ходьбу по инструкции учителя |

| | | | |
|--|---|--|---|
| | | обучающихся 2 группы) | |
| 3. Открытие новых знаний | Различение основных движений туловища | Выполняют упражнения на укрепление мышц туловища по прямому указанию учителя | Выполняют упражнения на укрепление мышц туловища, ориентируясь на образец выполнения учителем |
| 4. Первичное закрепление материала | Выполнение комплекса упражнений на укрепление мышц туловища | Осваивают 3-5 упражнений | Осваивают и используют игровые умения |
| 5. Включение в систему знаний и повторение | Подвижная игра с прыжками | Участвуют в коррекционной игре по инструкции учителя | Участвуют в игре после инструкции учителя |
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки |

Урок 44

| | |
|-------------------------------------|--|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы, теннисные мячи |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний |
| Тема | Упражнения для пространственно-временной дифференцировки и точности движений |

| | | | |
|--|--|--|--|
| Цель | Развитие и коррекция двигательных функций | | |
| Задачи | · Коррекционно- образовательные: восполнить дефицит двигательной активности с учётом конкретного дефекта· · Коррекционно- развивающие: дифференцировать пространственные параметры движения · · Коррекционно- воспитательные: формировать морально-волевые качества | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение построений в шеренгу и колонну | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы) | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем |
| 3. Открытие новых знаний | Выполнение ходьбы по ориентирам, начерченным на полу | Выполняют упражнения для развития точности движений; выполняют упражнения для развития пространственно-временной дифференцировки по | Выполняют упражнения для развития пространственно-временной дифференцировки, ориентируясь на образец выполнения учителем |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | прямоу указанию учителя | |
| 4. Первичное закрепление материала | Прыжок в длину с места толчком двух ног в начерченный ориентир | Выполняют прыжок в длину с места толчком двух ног (по возможности) | Выполняют прыжок в длину с места толчком двух ног в начерченный ориентир |
| 5. Включение в систему знаний и повторение | Подвижная игра с метанием | Участвуют в коррекционной игре по инструкции учителя | Участвуют в игре после инструкции учителя |
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки |

Урок 45

| | |
|-------------------------------------|---|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы |
| Тип урока | Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности) |
| Тема | Упражнения для пространственно-временной дифференцировки и точности движений |
| Цель | Развитие и коррекция двигательных функций |
| Задачи | · Коррекционно- образовательные: восполнить дефицит двигательной активности с учётом конкретного дефекта. · Коррекционно- развивающие: |

| | дифференцировать пространственные параметры движения· Коррекционно- воспитательные: формировать морально-волевые качества | | |
|--|---|--|--|
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение построений в шеренгу и колонну | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы) | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем |
| 3. Включение изученного в систему знаний | Выполнение ходьбы по ориентирам, начерченным на полу. Прыжок в длину с места толчком двух ног в начерченный ориентир | Выполняют упражнения для развития точности движений; выполняют упражнения для развития пространственно–временной дифференцировки по прямому указанию учителя | Выполняют упражнения для развития пространственно–временной дифференцировки, ориентируясь на образец выполнения учителем |

| | | | |
|--|--|--|--|
| 4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний | Подвижная игра с метанием | Участвуют в коррекционной игре по инструкции учителя | Участвуют в игре после инструкции учителя |
| 5. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки |

Урок 46

| | |
|-------------------------------------|---|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы, мячи, гимнастические палки |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний |
| Тема | Упражнения с гимнастической палкой |
| Цель | Развитие координационных способностей, улучшение гибкости плечевого сустава |
| Задачи | <ul style="list-style-type: none"> · Коррекционно- образовательные: разнообразить кругозор занимающихся о влиянии гимнастической палки на работу верхнего и нижнего плечевого пояса, учить согласованию движения и дыхания. · Коррекционно- развивающие: корректировать осанку, укрепить мышцы спины, живота и поясницы. · Коррекционно- воспитательные: формировать морально-волевые качества |
| Этапы урока | Содержание деятельности |

| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
|--|---|--|---|
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение построений в шеренгу и колонну | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы) | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем |
| 3. Открытие новых знаний | Выполнение бега в чередовании с ходьбой | Выполняют ходьбу | Чередуют бег и ходьбу |
| 4. Первичное закрепление материала | Выполнение комплекса упражнений с гимнастической палкой | Выполняют упражнения с предметом, ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы) | Выполняют упражнения с предметом, ориентируясь на образец выполнения учителем |
| 5. Включение в систему знаний и повторение | Подвижная игра с бросками и ловлей | Участвуют в коррекционной игре по инструкции учителя | Участвуют в игре после инструкции учителя |
| 6. Рефлексия (подведение) | Подведение итогов, оценка деятельности | Оценивают результат своей деятельности, | Оценивают результат своей деятельности, используя |

Урок 47

| | | | |
|---------|-------------|--|------------------|
| итогов) | обучающихся | используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя | цветные карточки |
|---------|-------------|--|------------------|

| | | | |
|-------------------------------------|---|---|--|
| Предмет | Адаптивная физическая культура | | |
| Класс | 1 | | |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы, обручи | | |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний | | |
| Тема | Упражнения с обручем | | |
| Цель | Развитие координационных способностей | | |
| Задачи | <ul style="list-style-type: none"> · Коррекционно- образовательные: учить удерживать обруч и выполнять упражнения с ним, согласованию движения и дыхания. · Коррекционно- развивающие: корректировать осанку, укрепить мышцы спины, живота и поясницы. · Коррекционно- воспитательные: формировать морально-волевые качества | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к | Выполнение ходьбы с хлопками в ладоши | Выполняют двигательные действия | Выполняют двигательные действия ориентируясь на |

| | | | |
|--|--|--|---|
| учебной деятельности | | ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы) | образец выполнения учителем |
| 3. Открытие новых знаний | Выполнение упражнений с обручем | Выполняют упражнения с предметом по прямому указанию учителя | Выполняют упражнения с предметом, ориентируясь на образец выполнения учителем |
| 4. Первичное закрепление материала | Выполнение прыжков с ноги на ногу | Выполняют прыжки после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий) | Выполняют прыжки с ноги на ногу на отрезках |
| 5. Включение в систему знаний и повторение | Подвижная игра с прыжками | Участвуют в коррекционной игре по инструкции учителя | Участвуют в игре после инструкции учителя |
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки |

| | | | |
|---|---|--|---|
| Предмет | Адаптивная физическая культура | | |
| Класс | 1 | | |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы, мячи | | |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний | | |
| Тема | Упражнения с малыми мячами | | |
| Цель | Развитие координационных способностей | | |
| Задачи | <p>· Коррекционно- образовательные: учить удерживать мяч и выполнять упражнения с ним, согласованию движения и дыхания· Коррекционно-развивающие: развивать ловкость· Коррекционно- воспитательные: формировать морально-волевые качества</p> | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности | Выполнение ходьбы со сменой положений рук | Выполняют двигательные действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения | Выполняют двигательные действия ориентируясь на образец выполнения учителем |

| | | | |
|--|---|--|--|
| | | обучающихся 2 группы) | |
| 3. Открытие новых знаний | Повторение размещения «врассыпную» | Размещаются «врассыпную» с помощью учителя | Размещаются «врассыпную» |
| 4. Первичное закрепление материала | Выполнение переключивания, перебрасывания, подбрасывания, разбрасывания и сбора, броска в пол, стену, вверх | Выполняют упражнения наименьшее количество раз. | Выполняют упражнения с малыми мячами после показа учителем |
| 5. Включение в систему знаний и повторение | Игровые задания на метание колец на шести | Метают кольца на шести после инструкции и неоднократного показа учителя | Метают кольца на шести после инструкции учителя |
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки |

Урок 49

| | |
|-------------------------------------|--------------------------------|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы, мячи |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний |

| | | | |
|--|---|--|---|
| Тема | Упражнения с большими мячами | | |
| Цель | Развитие координационных способностей | | |
| Задачи | · Коррекционно- образовательные: учить удерживать мяч и выполнять упражнения с ним, согласованию движения и дыхания. · Коррекционно- развивающие: развивать ловкость. · Коррекционно- воспитательные: формировать морально-волевые качества | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение ходьбы со сменой положений рук | Выполняют двигательные действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы) | Выполняют двигательные действия ориентируясь на образец выполнения учителем |
| 3. Открытие новых знаний | Повторение размещения «враспынную» | Размещаются «враспынную» с помощью учителя | Размещаются «враспынную» |
| 4. Первичное закрепление материала | Выполнение переключивания, подбрасывания, | Выполняют упражнения наименьшее количество раз | Выполняют упражнения с малыми мячами после показа учителем |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | перебрасывания мяча, бросание в пол, в стену и ловля его | | |
| 5. Включение в систему знаний и повторение | Подвижная игра с прыжками | Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя |
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки |

Урок 50

| | |
|-------------------------------------|---|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое обеспечение | Ориентиры |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний |
| Тема | Лазание вверх, вниз по гимнастической стенке, не пропуская реек |
| Цель | Развитие координации движений |
| Задачи | Коррекционно- образовательные: формировать навык лазания по гимнастической стенке, закрепить построения и перестроения, разучить комплекс утренней гимнастики. Коррекционно- развивающие: улучшать моторику и координацию. Коррекционно- воспитательные: воспитывать смелость |
| Этапы урока | Содержание деятельности |

| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
|--|---|--|---|
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу по росту. Приветствие | Выполняют построение в шеренгу ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Приветствуют учителя | Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Знакомство с игровыми задания на построение и перестроения | Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор - ориентиров для выполнения построений и перестроений | Выполняют упражнения по словесной инструкции и показу. Выполняют команды по построению и перестроению по сигналу учителя (при необходимости ориентируются на образец) |
| 3. Открытие новых знаний | Выполнение ходьбы в различном темпе. Освоение разновидностей ходьбы. Выполнение комплекса утренней гимнастики. Определение названия двигательному действию, названия оборудования | Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы | Осваивают и выполняют ходьбу по прямой линии на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы с сохранением равновесия на ограниченной поверхности |

| | | | |
|--|--|--|---|
| 4. Первичное закрепление материала | Выполнение правильного захвата рейки руками и правильной постановки стопы на гимнастическую стенку | Выполняют лазанье (с помощью учителя, по возможности самостоятельно) по прямому указанию учителя | Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения |
| 5. Включение в систему знаний и повторение | Подвижная игра с прыжками | Участвуют в подвижной игре после инструкции и показа учителя | Осваивают и используют игровые умения |
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя жесты | Оценивают результат своей деятельности, используя жесты |

Урок 51

| | |
|-------------------------------------|--|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое обеспечение | Ориентиры |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний |
| Тема | Лазание вверх, вниз по гимнастической стенке, не пропуская реек |
| Цель | Развитие координации движений |
| Задачи | Коррекционно-образовательные: формировать навык лазания по гимнастической стенке, закрепить построения и перестроения, разучить комплекс утренней гимнастики. Коррекционно-развивающие: улучшать моторику и координацию. Коррекционно-воспитательные: воспитывать смелость |
| Этапы урока | Содержание деятельности |

| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
|--|---|--|---|
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу по росту. Приветствие | Выполняют построение в шеренгу ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Приветствуют учителя | Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Знакомство с игровыми задания на построение и перестроения | Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор - ориентиров для выполнения построений и перестроений | Выполняют упражнения по словесной инструкции и показу. Выполняют команды по построению и перестроению по сигналу учителя (при необходимости ориентируются на образец) |
| 3. Открытие новых знаний | Выполнение ходьбы в различном темпе. Освоение разновидностей ходьбы. Выполнение комплекса утренней гимнастики. Определение названия двигательному действию, названия оборудования | Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы | Осваивают и выполняют ходьбу по прямой линии на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы с сохранением равновесия на ограниченной поверхности |

| | | | |
|--|--|--|---|
| 4. Первичное закрепление материала | Выполнение правильного захвата рейки руками и правильной постановки стопы на гимнастическую стенку | Выполнение правильного захвата рейки руками и правильной постановки стопы на гимнастическую стенку | Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения |
| 5. Включение в систему знаний и повторение | Подвижная игра с прыжками | Участвуют в подвижной игре после инструкции и показа учителя | Осваивают и используют игровые умения |
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя жесты | Оценивают результат своей деятельности, используя жесты |

Урок 52

| | |
|-------------------------------------|--|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое обеспечение | Ориентиры |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний |
| Тема | Проползание на четвереньках в медленном темпе по горизонтальной скамейке |
| Цель | Формирование навыка ползания по скамейке |
| Задачи | Коррекционно- образовательные: формировать навык лазания по гимнастической стенке, закрепить построения и перестроения, разучить комплекс упражнений на осанку Коррекционно- развивающие: улучшать моторику и координацию движений Коррекционно- воспитательные: воспитывать смелость, решительность |
| Этапы урока | Содержание деятельности |

| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
|--|---|---|--|
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу по росту. Приветствие | Выполняют построение в шеренгу ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Приветствуют учителя | Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение ходьбы в чередовании с ходьбой по линии, обозначенной на полу, сохраняя равновесие | Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения | Выполняют ходьбу по инструкции учителя |
| 3. Открытие новых знаний | Выполнение упражнений на осанку | Выполняют комплекс упражнений на осанку ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы | Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения |
| 4. Первичное закрепление материала | Выполнение упора на коленях и на четвереньках, правильное удержание за скамейку | Выполняют ползание по гимнастический скамейке на четвереньках с помощью учителя | Выполняют проползание на четвереньках в медленном темпе по горизонтальной скамейке (самостоятельно) |
| 5. Включение в систему знаний и | Подвижная игра с бросанием и ловлей | Бросают и ловят волейбольные мячи по | Играют в подвижную игру по показу и |

Урок 53

| | | | |
|---------------------------------------|---|---|---|
| повторение | | прямоу указанию учителя | инструкции учителя |
| 6. Рефлексия (подведение итога) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя жесты | Оценивают результат своей деятельности, используя жесты |

| | | | |
|--|---|---|--|
| Предмет | Адаптивная физическая культура | | |
| Класс | 1 | | |
| Материально- техническое обеспечение | Фишки, конусы | | |
| Тип урока | Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности) | | |
| Тема | Проползание на четвереньках в медленном темпе по горизонтальной скамейке | | |
| Цель | Формирование навыка ползания по скамейке | | |
| Задачи | Коррекционно- образовательные: закрепить навык лазания по гимнастической стенке, повторить построения и перестроения, комплекс упражнений на осанку Коррекционно- развивающие: улучшать моторику и координацию движений Коррекционно- воспитательные: воспитывать смелость, решительность | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |

| | | | |
|--|--|--|--|
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение ходьбы в чередовании с ходьбой по линии, обозначенной на полу, сохраняя равновесие | Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения | Выполняют ходьбу по инструкции учителя |
| 3. Включение изученного в систему знаний | Выполнение упражнений на осанку. Выполнение упора на коленях и на четвереньках, правильное удержание за скамейку | Выполняют комплекс упражнений на осанку ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют ползание по гимнастический скамейке на четвереньках с помощью учителя | Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения. Выполняют проползание на четвереньках в медленном темпе по горизонтальной скамейке (самостоятельно) |
| 4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний | Подвижная игра с бросанием и ловлей | Выполняют игровые задания в бросках и ловле волейбольных мячей по прямому указанию учителя | Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя |
| 5. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки |

Урок 54

| | |
|---------|--------------------------------|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
|---------|--------------------------------|

| | | | |
|---|---|---|--|
| Класс | 1 | | |
| Материально-техническое обеспечение | Ориентиры | | |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний | | |
| Тема | Подлезание под препятствием высотой 40-50 см | | |
| Цель | Формирование навыка подлезания под препятствием | | |
| Задачи | <p>Коррекционно-образовательные: формировать умение подлезать под препятствием, закрепить построение в круг, разучить комплекс упражнений для укрепления мышц туловища</p> <p>Коррекционно-развивающие: ловкость и координацию движений</p> <p>Коррекционно-воспитательные: воспитывать смелость, решительность</p> | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу по росту. Приветствие | Выполняют построение в шеренгу ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Приветствуют учителя | Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной | Выполнение бега в медленном темпе, чередование ходьбы и бега | Выполняют бег в медленном темпе под контролем учителя | Выполняют бег в медленном темпе, чередование ходьбы и |

| | | | |
|--|---|---|---|
| деятельности | | | бега |
| 3. Открытие новых знаний | Построение в круг.Выполнение упражнений для укрепления туловища | Принимают и передают мяч в круге, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют простые команды по сигналу учителя с одновременным показом способа выполнения перестроения | Выполняют построение в круг по указанию учителя.Выполняют перестроение в круг, взявшись за руки |
| 4. Первичное закрепление материала | Повторение правильного исходного положения для выполнения подлезания под препятствием | Выполняют подлезание под препятствием высотой 40-50 см (с помощью учителя, по возможности самостоятельно) | Выполняют подлезание под препятствием высотой 40-50 см(самостоятельно) |
| 5. Включение в систему знаний и повторение | Коррекционная игра | Участвуют в коррекционной игре, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий | Играют в игру после показа учителем |
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя жесты | Оценивают результат своей деятельности, используя жесты |

| | | | |
|--|---|---|--|
| Предмет | Адаптивная физическая культура | | |
| Класс | 1 | | |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы | | |
| Тип урока | Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности) | | |
| Тема | Подлезание под препятствием высотой 40-50 см | | |
| Цель | Формирование навыка ползания по скамейке | | |
| Задачи | Коррекционно-образовательные: формировать умение подлезать под препятствием, повторить построение в круг, комплекс упражнений для укрепления мышц туловища Коррекционно-развивающие: ловкость и координацию движений Коррекционно-воспитательные: воспитывать смелость, решительность | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение бега в медленном темпе, чередование ходьбы и бега | Выполняют бег в медленном темпе под контролем учителя | Выполняют бег в медленном темпе, чередование ходьбы и бега |
| 3. Включение изученного в систему знаний | Построение в круг. Выполнение упражнений для | Принимают и передают мяч в круге, ориентируясь на образец | Выполняют построение в круг по указанию учителя. Выполняют |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | укрепления туловища.Повторение правильного исходного положения для выполнения подлезания под препятствием | выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют простые команды по сигналу учителя с одновременным показом способа выполнения перестроения.Выполняют подлезание под препятствием высотой 40-50 см (с помощью учителя, по возможности самостоятельно) | перестроение в круг, взявшись за руки. Выполняют подлезание под препятствием высотой 40-50 см(самостоятельно) |
| 4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний | Коррекционная игра | Участвуют в коррекционной игре, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий | Играют в игру после показа учителем |
| 5. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя жесты | Оценивают результат своей деятельности, используя жесты |

Урок 56

| | |
|-------------------------------------|--------------------------------|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое обеспечение | Ориентиры |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний |

| | | | |
|--|---|---|--|
| Тема | Перелезание через препятствие высотой 40-50 см | | |
| Цель | Формирование навыка преодоления препятствий | | |
| Задачи | Коррекционно- образовательные: формировать умение перелезть через препятствия, разучить комплекс упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп Коррекционно- развивающие: ловкость и координацию движений Коррекционно- воспитательные: воспитывать смелость, решительность | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу по росту. Приветствие | Выполняют построение в шеренгу ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Приветствуют учителя | Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение ходьбы со сменой положения рук | Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя | Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя |
| 3. Открытие новых знаний | Выполнение упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп | Выполняют 3-4 упражнения (по возможности) | Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя |
| 4. Первичное закрепление | Выполнение упражнения в перелезании опираясь на | Выполняют перелезание через | Выполняют перелезание через препятствие |

| | | | |
|--|--|---|---|
| материала | предплечья и колени, на животе | препятствие высотой 40-50 см (с помощью учителя) | высотой 40-50 см. |
| 5. Включение в систему знаний и повторение | Подвижная игра с прыжками | Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя |
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя жесты | Оценивают результат своей деятельности, используя жесты |

Урок 57

| | | | |
|-------------------------------------|---|--------------------------|---------------------|
| Предмет | Адаптивная физическая культура | | |
| Класс | 1 | | |
| Материально-техническое обеспечение | Ориентиры | | |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний | | |
| Тема | Пролезание через гимнастический обруч | | |
| Цель | Формирование навыка преодоления препятствий | | |
| Задачи | Коррекционно-образовательные: формировать умение перелезать через препятствия, разучить комплекс упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп Коррекционно-развивающие: ловкость и координацию движений Коррекционно-воспитательные: воспитывать смелость, решительность | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |

| | | | |
|---|--|--|---|
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу по росту.Приветствие | Выполняют построение в шеренгу ориентируясь на зрительно-пространственные опоры.Приветствуют учителя | Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры.Приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности | Выполнение ходьбы со сменой положения рук | Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя | Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя |
| 3. Открытие новых знаний | Выполнение упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп | Выполняют упражнения для укрепления голеностопных суставов и стоп меньшее количество раз | Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя |
| 4. Первичное закрепление материала | Выполнение упражнения в перелезании опираясь на предплечья и колени, на животе | Выполняют перелезание через препятствие высотой 40-50 см (с помощью учителя) | Выполняют перелезание через препятствие высотой 40-50 см |
| 5. Включение в систему знаний и повторение | Подвижная игра с прыжками | Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя |
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя жесты | Оценивают результат своей деятельности, используя жесты |

| | | | |
|-------------------------------------|---|---|--|
| Предмет | Адаптивная физическая культура | | |
| Класс | 1 | | |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы | | |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний | | |
| Тема | Ходьба по линии на носках, на пятках с различными положениями рук | | |
| Цель | Укрепление мышц ног для поддержания свода стопы | | |
| Задачи | Коррекционно-образовательные: учить ходьбе по прямой линии с выполнением различных заданий, закрепить порядок выполнения упражнения комплекса упражнений Коррекционно-развивающие: развивать координацию, ловкость Коррекционно-воспитательные: формировать умения обучающихся взаимодействовать со сверстниками в игровой деятельности | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу по росту. Приветствие | Выполняют построение в шеренгу ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Приветствуют учителя | Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Приветствуют учителя |
| 2. Актуализация | Подвижная игра с | Участвуют в подвижной | Играют в подвижную игру |

| | | | |
|--|---|--|--|
| знаний.Мотивация к учебной деятельности | элементами перестроений | игре | |
| 3. Открытие новых знаний | Определение названий основных положений рук.Выполнение бега в чередовании с ходьбой.Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений | Выполняют бег в чередовании с ходьбой под контролем учителя.Выполняют 4-5 упражнений комплекса | Выполняют бег в чередовании с ходьбой |
| 4. Первичное закрепление материала | Выполнение ходьбы с различным положением рук по ограниченной площади. | Выполняют упражнения в равновесии после неоднократного показа учителя, в медленном темпе, с помощью, наименьшее количество раз | Выполняют упражнения на равновесие |
| 5. Включение в систему знаний и повторение | Подвижная игра с бросками и ловлей | Участвуют в подвижной игре по показу учителя | Осваивают и используют игровые умения |
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 59

| | |
|---------|--------------------------------|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
|---------|--------------------------------|

| | | | |
|--|--|---|--|
| Класс | 1 | | |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы | | |
| Тип урока | Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности) | | |
| Тема | Ходьба по линии на носках, на пятках с различными положениями рук | | |
| Цель | Укрепление мышц ног для поддержания свода стопы | | |
| Задачи | Коррекционно- образовательные: учить ходьбе по прямой линии с выполнением различных заданий, закрепить порядок выполнения упражнения комплекса упражнений Коррекционно- развивающие: развивать координацию, ловкость Коррекционно- воспитательные: формировать умения обучающихся взаимодействовать со сверстниками в игровой деятельности | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение бега в медленном темпе, чередование ходьбы и бега | Выполняют бег в медленном темпе под контролем учителя | Выполняют бег в медленном темпе, чередование ходьбы и бега |
| 3. Включение изученного в систему знаний | Построение в круг. Выполнение упражнений для | Принимают и передают мяч в круге, ориентируясь на образец | Выполняют построение в круг по указанию учителя. Выполняют |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | укрепления туловища.Повторение правильного исходного положения для выполнения подлезания под препятствием | выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют простые команды по сигналу учителя с одновременным показом способа выполнения перестроения.Выполняют подлезание под препятствием высотой 40-50 см (с помощью учителя, по возможности самостоятельно) | перестроение в круг, взявшись за руки. Выполняют подлезание под препятствием высотой 40-50 см(самостоятельно) |
| 4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний | Коррекционная игра | Участвуют в коррекционной игре, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий | Играют в игру после показа учителем |
| 5. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя жесты | Оценивают результат своей деятельности, используя жесты |

Урок 60

| | |
|-------------------------------------|--------------------------------|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний |

| | | | |
|--|--|---|--|
| Тема | Ходьба по гимнастической скамейке прямо, боком с различными положениями рук | | |
| Цель | Формирование умения сохранять равновесие | | |
| Задачи | Коррекционно- образовательные: учить ходьбе по гимнастической скамейке, закрепить порядок выполнения упражнений утренней гимнастики Коррекционно- развивающие: развивать координацию, ловкость Коррекционно- воспитательные: смелость, решительность | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу по росту. Приветствие | Выполняют построение в шеренгу ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Приветствуют учителя | Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение ходьбы в колонне по одному с различными заданиями для рук | Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы | Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем |
| 3. Открытие новых знаний | Построение в круг. Выполнение комплекса утренней гимнастики | Выполняют упражнения 3-4 | Выполняют упражнения по словесной инструкции и показу |

| | | | |
|--|---|---|---|
| 4. Первичное закрепление материала | Выполнение приставного шага в сторону на гимнастической скамейке, передвижение прямо, сохраняя равновесие и удерживая положение правильной осанки | Выполняют упражнения в равновесии после неоднократного показа учителя, в медленном темпе, с помощью | Выполняют упражнения в равновесии после неоднократного показа учителя |
| 5. Включение в систему знаний и повторение | Подвижная игра с бегом | Участвуют в подвижной игре по показу учителя | Осваивают и используют игровые умения |
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |
| | | | |

Урок 61

| | |
|-------------------------------------|---|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы |
| Тип урока | Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности) |
| Тема | Ходьба по гимнастической скамейке прямо, боком с различными положениями рук |
| Цель | Формирование умения сохранять равновесие |

| | | | |
|--|--|---|--|
| Задачи | Коррекционно- образовательные: повторить ходьбу по гимнастической скамейке, закрепить порядок выполнения упражнений утренней гимнастики Коррекционно- развивающие: развивать координацию, ловкость Коррекционно- воспитательные: смелость, решительность | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение ходьбы в колонне по одному с различными заданиями для рук | Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы | Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем |
| 3. Включение изученного в систему знаний | Построение в круг. Выполнение комплекса утренней гимнастики. Выполнение приставного шага в сторону на гимнастической скамейке, передвижение прямо, сохраняя равновесие и удерживая положение правильной осанки | Выполняют 3-4 упражнения. Выполняют упражнения в равновесии после неоднократного показа учителя, в медленном темпе, с помощью | Выполняют упражнения по словесной инструкции и показу. Выполняют упражнения в равновесии после неоднократного показа учителя |

| | | | |
|--|--|---|---|
| 4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний | Подвижная игра с бегом | Участвуют в подвижной игре по показу учителя | Играют в игру после показа учителем |
| 5. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя жесты | Оценивают результат своей деятельности, используя жесты |

Урок 62

| | | | |
|-------------------------------------|---|--|--|
| Предмет | Адаптивная физическая культура | | |
| Класс | 1 | | |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы | | |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний | | |
| Тема | Стойка на одной ноге | | |
| Цель | Формирование умения сохранять равновесие | | |
| Задачи | Коррекционно- образовательные: повторить стойку на одной ноге, закрепить бег в медленном темпе Коррекционно- развивающие: развивать координацию, ловкость Коррекционно- воспитательные: смелость, решительность | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный | Построение в шеренгу по росту. Приветствие | Выполняют построение в шеренгу ориентируясь на | Выполняют построение в шеренгу, в колонну по |

| | | | |
|--|--|--|--|
| этап | | зрительно-пространственные опоры. Приветствуют учителя | команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение построений в шеренгу, в колонну по одному. Освоение бега в медленном темпе, чередование ходьбы и бега | Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор-ориентиров для выполнения построений и перестроений. Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы | Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп, дистанцию во время движения, удерживая правильную осанку во время ходьбы |
| 3. Открытие новых знаний | Удержание равновесия во время выполнения упражнения. | Выполняют упражнения на равновесие с помощью учителя. | Выполняют упражнения на равновесие по показу учителя |
| 4. Первичное закрепление материала | Выполнение упражнений на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища | Выполняют основные положения и движения рук, ног, головы, туловища с наименьшим количеством раз | Выполняют упражнения на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища |
| 5. Включение в систему знаний и | Коррекционная игра на развитие точности | Участвуют в подвижной игре по показу и | Играют в подвижную игру после инструкции |

| | | | |
|----------------------------------|--|---|--|
| повторение | движений | инструкции учителя | |
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 63

| | | | |
|-------------------------------------|--|---|--|
| Предмет | Адаптивная физическая культура | | |
| Класс | 1 | | |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы | | |
| Тип урока | Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности) | | |
| Тема | Стойка на одной ноге | | |
| Цель | Формирование умения сохранять равновесие | | |
| Задачи | Коррекционно- образовательные: повторить стойку на одной ноге, закрепить бег в медленном темпе, Коррекционно- развивающие: развивать координацию, ловкость Коррекционно- воспитательные: смелость, решительность | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |

| | | | |
|---|--|--|---|
| <p>2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности</p> | <p>Выполнение построений в шеренгу, в колонну по одному. Освоение бега в медленном темпе, чередование ходьбы и бега. Выполнение упражнений на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища</p> | <p>Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор-ориентиров для выполнения построений и перестроений. Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют основные положения и движения рук, ног, головы, туловища с наименьшим количеством раз</p> | <p>Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп, дистанцию во время движения, удерживая правильную осанку во время ходьбы. Выполняют упражнения на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища</p> |
| <p>3. Включение изученного в систему знаний</p> | <p>Удержание равновесия во время выполнения упражнения</p> | <p>Выполняют упражнения на равновесие с помощью учителя</p> | <p>Выполняют упражнения на равновесие по показу учителя</p> |
| <p>4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний</p> | <p>Коррекционная игра на развитие точности движений</p> | <p>Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя</p> | <p>Играют в подвижную игру после инструкции</p> |
| <p>5. Рефлексия (подведение)</p> | <p>Подведение итогов, оценка деятельности</p> | <p>Оценивают результат своей деятельности,</p> | <p>Оценивают результат своей деятельности, используя</p> |

Урок 64

| | | | |
|---------|-------------|-----------------|-------|
| итогов) | обучающихся | используя жесты | жесты |
|---------|-------------|-----------------|-------|

| | | | |
|--|--|---|---|
| Предмет | Адаптивная физическая культура | | |
| Класс | 1 | | |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы, музыка для физкультминутки | | |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний | | |
| Тема | Правила поведения на занятиях по подвижным играм | | |
| Цель | Ознакомление с правилами поведения на уроках по подвижным играм | | |
| Задачи | Коррекционно- образовательные: учить правилам поведения в подвижной игре, повторить построение и ходьбу в колонну по одному, повторить комплекс физкультминутки Коррекционно- развивающие: развивать пространственно-временную дифференцировку, ловкость Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, решительность | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Беседа о правилах поведения. Выполнение строевых действий, ориентирование в | Слушают теоретический материал по правилам игр и поведению во время игр с опорой на | Слушают теоретический материал по правилам поведения игр с опорой на наглядность. Отвечают на |

| | | | |
|--|--|--|---|
| | пространстве | наглядность (картинки, карточки). Отвечают на вопросы односложно. Выполняют построение в шеренгу и колонну, ориентируясь на образец выполнения обучающимися 2 группы. Выполняют общее построение под контролем учителя | вопросы предложением. Воспринимают и запоминают расположение зрительных пространственных опор - ориентиров для выполнения построений и перестроений. Выполняют построение в колонну по указанию учителя |
| 3. Открытие новых знаний | Выполнение ходьбы в колонне по одному | Осваивают и выполняют ходьбу в умеренном темпе | Выполняют ходьбу в умеренном темпе |
| 4. Первичное закрепление материала | Выполнение комплекса физкультминутки под музыкальное сопровождение | Выполняют 3-4 упражнения комплекса | Самостоятельно находят свободное место и повторяют упражнения комплекса |
| 5. Включение в систему знаний и повторение | Коррекционная игра | Участвуют в игре по показу и инструкции учителя | Играют в игру по инструкции учителя |
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 65

| | |
|---------|--------------------------------|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |

| | | | |
|--|--|---|--|
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы, музыка для физкультминутки | | |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний | | |
| Тема | Правила утренней гигиены и их значение для жизни человека | | |
| Цель | Ознакомление с правилами гигиены | | |
| Задачи | Коррекционно- образовательные: формировать представление о правилах личной гигиены, разучить комплекс упражнений с малыми мячами, коррекция нарушений осанки Коррекционно- развивающие: развивать мелкую моторику, ловкость Коррекционно- воспитательные: воспитывать уверенность в себе, своих силах и возможностях | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Беседа о правилах личной гигиены. Выполнение строевых действий, ориентирование в пространстве | Слушают, и отвечают на вопросы учителя односложно. Выполняют построение в шеренгу и колонну, ориентируясь на образец выполнения обучающимися 2 группы. Выполняют общее построение под | Слушают теоретический материал по правилам поведения игр с опорой на наглядность. Отвечают на вопросы предложением. Выполняют построение в колонну по указанию учителя |

| | | | |
|--|---|---|--|
| | | контролем учителя | |
| 3. Открытие новых знаний | Освоение бега с сохранением правильной осанки | Удерживают правильное положение тела во время бега (с помощью учителя, при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль действий) | Удерживают правильное положение тела во время бега |
| 4. Первичное закрепление материала | Выполнение общеразвивающих упражнений с малыми мячами | Выполняют общеразвивающих упражнений с малыми мячами 3-4 упражнения | Выполняют общеразвивающих упражнений с малыми мячами |
| 5. Включение в систему знаний и повторение | Подвижная игра с бегом | Участвуют в игре по показу и инструкции учителя | Играют в игру по инструкции учителя |
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 66

| | |
|-------------------------|---|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое | Фишки, конусы, музыка для физкультминутки |

| | | | |
|--|---|---|--|
| обеспечение | | | |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний | | |
| Тема | Подвижная игра «Канатоходец» | | |
| Цель | Формирование умения сохранять равновесие на ограниченной поверхности | | |
| Задачи | Коррекционно- образовательные: формировать умение строиться «врассыпную», выполнять упражнения в определенном ритме по объяснению учителя, навык ориентировки в схеме собственного тела Коррекционно- развивающие: развивать пространственно- временную дифференцировку, Коррекционно- воспитательные: воспитывать уверенность в себе, своих силах и возможностях | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение шеренгу. Приветствие | в Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Беседа о правилах личной гигиены. Выполнение строевых действий, ориентирование в пространстве | Слушают, и отвечают на вопросы учителя односложно. Выполняют построение в шеренгу и колонну, ориентируясь на образец выполнения обучающимися 2 группы. Выполняют общее построение под контролем учителя | Слушают теоретический материал по правилам поведения игр с опорой на наглядность. Отвечают на вопросы предложением. Выполняют построение в колонну по указанию учителя |
| 3. Открытие | Выполнение ходьбы со | Выполняют ходьбу, | Выполняют ходьбу по |

| | | | |
|--|---|--|--|
| новых знаний | сменой положений рук | ориентируюсь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения наименьшее количество раз | указанию учителя |
| 4. Первичное закрепление материала | Повторение размещения «врассыпную» | Размещаются «врассыпную» с помощью учителя | Размещаются «врассыпную» |
| 5. Включение в систему знаний и повторение | Разучивание правил игры. Удержание равновесия при движении, правильное передвижение по канату | Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируюсь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя) | Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя |
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 67

| | |
|---------|--------------------------------|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
|---------|--------------------------------|

| | | | |
|--|---|---|--|
| Класс | 1 | | |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы | | |
| Тип урока | Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности) | | |
| Тема | Подвижная игр «Переправа» | | |
| Цель | Формирование умения сохранять равновесие | | |
| Задачи | Коррекционно- образовательные: закрепить построения и перестроения, обучать технике выполнения прыжков на двух ногах Коррекционно- развивающие: развивать координацию, ловкость Коррекционно- воспитательные: смелость, решительность | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение построений в шеренгу и колонну. Выполнение ходьбы по ориентирам, начерченным на полу | Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений. Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы | Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Выполняют ходьбу, удерживая правильную осанку. |

| | | | |
|--|--|--|--|
| 3. Включение изученного в систему знаний | Передвижение прыжками на двух ногах на скорость | Выполняют упражнения для развития точности движений; выполняют упражнения для развития пространственно–временной дифференцировки по прямому указанию учителя | Выполняют упражнения для развития пространственно–временной дифференцировки, ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют упражнения на равновесие по показу учителя |
| 4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний | Подвижная игра | Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Играют в подвижную игру после инструкции |
| 5. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя жесты | Оценивают результат своей деятельности, используя жесты |

Урок 68

| | |
|-------------------------------------|--|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы |
| Тип урока | Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности) |
| Тема | Подвижная игра «Разойдись не упали» |
| Цель | Развитие и коррекция двигательных функций |

| | | | |
|--|--|--|--|
| Задачи | · Коррекционно- образовательные: восполнить дефицит двигательной активности с учётом конкретного дефекта.· Коррекционно- развивающие: дифференцировать пространственные параметры движения .· Коррекционно- воспитательные: формировать морально-волевые качества | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение построений в шеренгу и колонну | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы) | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем |
| 3. Включение изученного в систему знаний | Выполнение ходьбы с хлопками. Выполнение упражнений с волейбольным мячом | Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют 3-4 упражнения с мячом | Выполняют ходьбу по показу учителя. Выполняют упражнения по инструкции учителя |
| 4. Применение знаний и умений в новой | Подвижная игра на повторение движений педагога или ведущего, | Осваивают и используют игровые умения | Играют в подвижную игру после инструкции |

| | | | |
|------------------------------------|--|--|--|
| ситуации. Контроль усвоения знаний | действие по сигналу, согласно правилам игры | | |
| 5. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки |

Урок 69

| | | | |
|-------------------------------------|--|--------------------------|------------------------|
| Предмет | Адаптивная физическая культура | | |
| Класс | 1 | | |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы | | |
| Тип урока | Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности) | | |
| Тема | Подвижная игра «Стоп» | | |
| Цель | Развитие и коррекция двигательных функций | | |
| Задачи | <ul style="list-style-type: none"> · Коррекционно-образовательные: восполнить дефицит двигательной активности с учётом конкретного дефекта. · Коррекционно-развивающие: дифференцировать пространственные параметры движения. · Коррекционно-воспитательные: формировать морально-волевые качества | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. | Построение в шеренгу. | Строятся под | Самостоятельно находят |

| | | | |
|--|---|--|--|
| Организационный этап | Приветствие | контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение построений в шеренгу и колонну | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы) | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем |
| 3. Включение изученного в систему знаний | Выполнение бега по прямой в шеренге. Выполнение общеразвивающих упражнений. Быстрое реагирование на сигнал, взаимодействие с одноклассниками, свободное ориентирование в пространстве | Выполняют бег под контролем учителя. Выполняют 3-5 упражнений | Выполняют бег по инструкции. Выполняют комплекс упражнений по показу. Выполняют упражнения после инструкции и показа учителя |
| 4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний | Подвижная игра | Осваивают и используют игровые умения | Играют в подвижную игру после инструкции |
| 5. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя цветные | Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки |

Урок 70

| | | | |
|--|--|--------------------------------------|--|
| | | карточки с опорой на вопросы учителя | |
|--|--|--------------------------------------|--|

| | | | |
|-------------------------------------|---|---|--|
| Предмет | Адаптивная физическая культура | | |
| Класс | 1 | | |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы | | |
| Тип урока | Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности) | | |
| Тема | Подвижная игра «Ловушки» | | |
| Цель | Развитие и коррекция двигательных функций | | |
| Задачи | Коррекционно-образовательные: формировать умение выполнять упражнения в определенном ритме по объяснению учителя, навык ориентировки в схеме собственного тела Коррекционно-развивающие: развивать пространственно-временную дифференцировку, ловкость. Коррекционно-воспитательные: воспитывать уверенность в себе, своих силах и возможностях | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация | Выполнение построений в шеренгу и колонну | Выполняют строевые действия ориентируясь | Выполняют строевые действия ориентируясь на |

| | | | |
|---|---|---|---|
| к учебной деятельности | | на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы) | образец выполнения учителем |
| 3. Включение изученного в систему знаний | Ходьба хлопками.Выполнение упражнений волейбольным мячом | с с | Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют 3-4 упражнения с мячом |
| 4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний | Подвижная игра на взаимодействие в команде, нахождение себе пар | на в | Участвуют в подвижной игре по показу учителя |
| 5. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | | Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя |

Урок 71

| | |
|-------------------------------------|--|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, шведская стенка |
| Тип урока | Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности) |

| | | | |
|--|--|---|--|
| Тема | Подвижная игра «Перемени предмет» | | |
| Цель | Развитие общей моторики | | |
| Задачи | Коррекционно- образовательные: формировать умение сохранять равновесие в ходьбе, упражнять в лазании по гимнастической стенке Коррекционно- развивающие: развивать ловкость, двигательную реакцию Коррекционно- воспитательные: формировать умение взаимодействовать с партнером в игре | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение построений в шеренгу и колонну | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы) | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем |
| 3. Включение изученного в систему знаний | Выполнение бега в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Беседа о значении утренней зарядки. Построение в круг и выполнение общеразвивающих | Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Отвечают на вопросы односложно. Выполняют построение в круг с | Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Отвечают на вопросы целым предложением. Выполняют построение в круг и комплекс утренней зарядки |

| | | | |
|--|--|---|--|
| | упражнений типа зарядки | помощью учителя. Перепрыгивают через начерченную линию, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы | по инструкции учителя. Перепрыгивают через начерченную линию после инструкции и показа учителя |
| 4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний | Подвижная игра на внимание | Участвуют в игре по инструкции | Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя |
| 5. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки |

Урок 72

| | |
|-------------------------------------|---|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, флажки, маты |
| Тип урока | Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности) |
| Тема | Подвижная игра «Жмурки» |
| Цель | Формировать умение быстро принимать решения, быть внимательными и ловкими |

| | | | |
|--|--|---|---|
| Задачи | Коррекционно- образовательные: учить различным видам ходьбы в колонне, познакомить с упражнениями для развития мышц кистей рук и пальцев, формировать умение ориентироваться в схеме собственного тела Коррекционно- развивающие: быстроту, ловкость Коррекционно- воспитательные: воспитывать сознательность, организованность, умение работать в команде | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение построений в шеренгу и колонну | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы) | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем |
| 3. Включение изученного в систему знаний | Выполнение различных видов ходьбы в колонне. Выполнение ходьбы со сменой положений рук. Ознакомление с упражнениями для развития мышц кистей рук | Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем своде стопы. Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя. Выполнение упражнений | Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы. Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя. Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя |

| | | | |
|---|--|--|--|
| | пальцев.Выполнение приставных шагов в сторону, ориентирование в пространстве | наименьшее количество раз | |
| 4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний | Подвижная игра на ориентирование в пространстве | Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя) | Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя |
| 5. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки |

Урок 73

| | |
|-------------------------------------|--|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки |
| Тип урока | Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности) |

| | | | |
|--|---|--|---|
| Тема | Подвижная игра «Горелки» | | |
| Цель | Формирование умения быстро принимать решения, быть внимательными и ловкими | | |
| Задачи | Коррекционно- образовательные: учить правилам игры, повторить построение «врассыпную», формировать умение ориентироваться в схеме собственного тела Коррекционно- развивающие: развивать быстроту, обогащать словарный запас Коррекционно- воспитательные: воспитывать сознательность, организованность | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение построений в шеренгу и колонну | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы) | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем |
| 3. Включение изученного в систему знаний | Выполнение ходьбы со сменой положений рук. Повторение размещения «врассыпную». Ознакомление с правилами игры. Разучивание речитатива. Подвижная игра с | Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения | Выполняют ходьбу по указанию учителя. Размещаются «врассыпную». Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя |

| | | | |
|--|--|---|--|
| | бегом | наименьшее количество раз. Размещаются «врассыпную» с помощью учителя. Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя) | |
| 4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний | Подвижная игра с бегом | Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя) | Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя |
| 5. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на | Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки |

Урок 74

| | | | |
|---|--|---|--|
| | | вопросы учителя | |
| Предмет | Адаптивная физическая культура | | |
| Класс | 1 | | |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки | | |
| Тип урока | Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности) | | |
| Тема | Подвижная игра «Два мороза» | | |
| Цель | Формирование навыков коллективного взаимодействия и соблюдения правил игр | | |
| Задачи | 1. Коррекционно-образовательные: повторить упражнения в движении, формировать умение сохранять равновесие при ходьбе при выполнении упражнений, слушать сигнал и действовать в соответствии с ним Коррекционно-развивающие: координацию движений, ловкость, внимание Коррекционно-воспитательные: воспитывать дисциплину, организованность | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной | Выполнение построений в шеренгу и колонну | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения |

| | | | |
|--|--|--|--|
| деятельности | | учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы) | учителем |
| 3. Включение изученного в систему знаний | Выполнение ходьбы со сменой положений рук. Повторение размещения «врассыпную». Ознакомление с правилами игры. Разучивание речитатива | Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения наименьшее количество раз. Размещаются «врассыпную» с помощью учителя | Выполняют ходьбу по указанию учителя. Размещаются «врассыпную» |
| 4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний | Подвижная игра с бегом | Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя) | Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя |
| 5. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя цветные | Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки |

Урок 75

| | | | |
|--|--|--------------------------------------|--|
| | | карточки с опорой на вопросы учителя | |
|--|--|--------------------------------------|--|

| | | | |
|---|--|---|--|
| Предмет | Адаптивная физическая культура | | |
| Класс | 1 | | |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки | | |
| Тип урока | Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности) | | |
| Тема | Подвижная игра «Краски» | | |
| Цель | Формирование умения менять направление во время бега, развитие ловкости | | |
| Задачи | 2. Коррекционно-образовательные: повторить упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев, слушать сигнал и действовать в соответствии с ним Коррекционно-развивающие: развивать быстроту, смекалку Коррекционно-воспитательные: воспитывать дисциплину, организованность | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной | Выполнение построений в шеренгу и колонну | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения |

| | | | |
|--|---|--|---|
| деятельности | | учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы) | учителем |
| 3. Включение изученного в систему знаний | Выполнение ходьбы со сменой положений рук. Ознакомление с упражнениями для развития мышц кистей рук и пальцев | Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют 3-4 упражнения | Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют упражнения по словесной инструкции и показу |
| 4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний | Подвижная игра | Участвуют в игре по инструкции учителя | Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя |
| 5. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки |

Урок 76

| | |
|-------------------------------------|--------------------------------|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки |

| | | | |
|--|--|--|--|
| Тип урока | Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности) | | |
| Тема | Подвижная игра «Хитрая лиса» | | |
| Цель | Формирование умения менять направление во время бега, развитие ловкости | | |
| Задачи | 3. Коррекционно- образовательные: повторить упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев, слушать сигнал и действовать в соответствии с ним Коррекционно- развивающие: развивать быстроту, смекалку Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплину, организованность | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение построений в шеренгу и колонну | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы) | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем |
| 3. Включение изученного в систему знаний | Выполнение бега в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Построение в круг и выполнение | Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Выполняют | Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Выполняют построение в круг и комплекс утренней |

| | | | |
|--|---|---|---|
| | общеразвивающих упражнений Разучивание слов речитатива | построение в круг с помощью учителя. Выполняют корректирующие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя | зарядки по инструкции учителя. Выполняют корректирующие упражнения без предметов после показа учителя |
| 4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний | Быстрое реагирование на сигнал, быстрое преодоление отрезков на скорость в подвижной игре | Участвуют в игре по инструкции учителя | Играют в подвижную игру после инструкции |
| 5. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки |

Урок 77

| | |
|-------------------------------------|--|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы |
| Тип урока | Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности) |
| Тема | Подвижная игра « Коршун и наседка» |
| Цель | Формирование умения сохранять равновесие |

| | | | |
|--|---|---|--|
| Задачи | Коррекционно- образовательные: закрепить построения и перестроения, обучать технике выполнения прыжков на двух ногах Коррекционно- развивающие: развивать координацию, ловкость Коррекционно- воспитательные: смелость, решительность | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение построений в шеренгу и колонну. Выполнение ходьбы по ориентирам, начерченным на полу | Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений. Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы | Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Выполняют ходьбу, удерживая правильную осанку. |
| 3. Включение изученного в систему знаний | Выполнение обыкновенной ходьбы в чередовании с ходьбой по линии, обозначенной на полу, сохраняя равновесие. Выполнение упражнений на осанку | Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения. Выполняют 3-4 упражнения | Выполняют ходьбу по инструкции учителя. Выполняют упражнения по словесной инструкции и показу |
| 4. Применение знаний и умений в | Подвижная игра | Участвуют в игре по инструкции учителя | Играют в подвижную игру по показу и инструкции |

| | | | |
|--|--|---|---|
| новой ситуации. Контроль усвоения знаний | | | учителя |
| 4. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя жесты | Оценивают результат своей деятельности, используя жесты |

Урок 78

| | | | |
|-------------------------------------|--|----------------------------------|---|
| Предмет | Адаптивная физическая культура | | |
| Класс | 1 | | |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы | | |
| Тип урока | Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности) | | |
| Тема | Подвижная игра «Перемена мест» | | |
| Цель | Развитие и коррекция двигательных функций | | |
| Задачи | <ul style="list-style-type: none"> · Коррекционно-образовательные: восполнить дефицит двигательной активности с учётом конкретного дефекта. · Коррекционно-развивающие: дифференцировать пространственные параметры движения. · Коррекционно-воспитательные: формировать морально-волевые качества | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в | Самостоятельно находят своё место в строю и |

| | | | |
|--|---|--|---|
| этап | | шеренгу и приветствуют учителя | приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение построений в шеренгу и колонну | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы) | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем |
| 3. Включение изученного в систему знаний | Выполнение ходьбы со сменой положений рук. Ознакомление с упражнениями для развития мышц кистей рук и пальцев. Выполнение приставных шагов в сторону, ориентирование в пространстве | Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя. Выполнение упражнений наименьшее количество раз | Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя. Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя |
| 4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний | Подвижная игра на ориентирование в пространстве | Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя |
| 5. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки |

| | | | |
|--|---|---|---|
| Предмет | Адаптивная физическая культура | | |
| Класс | 1 | | |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы | | |
| Тип урока | Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности) | | |
| Тема | Подвижная игра «Не оставайся на полу» | | |
| Цель | Формирование умения сохранять равновесие на ограниченной поверхности | | |
| Задачи | <ul style="list-style-type: none"> · Коррекционно- образовательные: формирование умения взбираться на препятствия, ориентировки в пространстве. · Коррекционно- развивающие: развивать ловкость, быстроту. · Коррекционно- воспитательные: формировать умения чётко и организованно работать в группе, чувство товарищества и взаимопомощи | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение построений в шеренгу и колонну | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем |

| | | | |
|--|---|---|--|
| | | образец правильного выполнения (обучающихся 2 группы) | |
| 3. Включение изученного в систему знаний | Выполнение бега по залу в рассыпную, запрыгивание на кубы, скамейки без помощи рук, спрыгивание с них легко на носки, полусогнутые ноги, выполнение действий по сигналу | Осваивают и используют игровые умения (по возможности) | Осваивают и используют игровые умения |
| 4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний | Подвижная игра по выбору детей | Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя |
| 5. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 80

| | |
|-------------------------------------|--------------------------------|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы |

| | | | |
|--|---|--|---|
| Тип урока | Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности) | | |
| Тема | Подвижная игра «Стой» | | |
| Цель | Формирование умения быстро принимать решения, быть внимательными и ловкими | | |
| Задачи | Коррекционно- образовательные: учить правилам игры, повторить упражнения в бросках и ловле волейбольного мяча, формировать навык ориентировки в схеме собственного тела Коррекционно- развивающие: развивать быстроту, обогащать словарный запас Коррекционно- воспитательные: воспитывать сознательность, организованность | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение построений в шеренгу и колонну | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы) | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем |
| 3. Включение изученного в систему знаний | Повторение счета до 5. Выполнение упражнений в бросках и | Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу | Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | ловле волейбольного мяча, после броска товарища, быстрое реагирование на сигнал водящего | учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя) | |
| 4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний | Выполнение игровых заданий с волейбольным мячом | Выполняют игровые задания под контролем учителя | Самостоятельно выполняют игровые задания |
| 5. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 81

| | |
|-------------------------------------|--|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы |
| Тип урока | Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности) |
| Тема | Коррекционная подвижная игра «Совушка» |
| Цель | Развитие пространственно- временной дифференцировки |

| | | | |
|--|---|--|---|
| Задачи | Коррекционно- образовательные: повторить правила игры, повторить упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев, формирование навыка ориентировки в пространстве Коррекционно- развивающие: развивать ловкость, мелкую моторику Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение построений в шеренгу и колонну | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы) | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем |
| 3. Включение изученного в систему знаний | Выполнение ходьбы со сменой положений рук. Повторение упражнений для развития мышц кистей рук и пальцев. Ориентирование в пространстве. Подвижная игра | Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя. Выполнение упражнений в наименьшее количество раз. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции | Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя. Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя. Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя |

| | | | |
|--|--|---|--|
| | | учителя | |
| 4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний | Подвижная игра | Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя | Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя |
| 5. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 82

| | |
|-------------------------------------|--|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы |
| Тип урока | Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности) |
| Тема | Коррекционная подвижная игра «Фигуры» |
| Цель | Развитие пространственно- временной дифференцировки |
| Задачи | Коррекционно- образовательные: повторить правила игры, повторить упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев, формирование навыка ориентировки в схеме собственного тела Коррекционно- развивающие: развивать ловкость, мелкую моторику Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность |
| Этапы урока | Содержание деятельности |

| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
|--|--|---|---|
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение построений в шеренгу и колонну | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы) | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем |
| 3. Включение изученного в систему знаний | Выполнение ходьбы со сменой положений рук. Повторение размещения «врассыпную». Ознакомление с правилами игры | Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения наименьшее количество раз. Размещаются «врассыпную» с помощью учителя | Выполняют ходьбу по указанию учителя. Размещаются «врассыпную» |
| 4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль | Подвижная игра | Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя | Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя |

| | | | |
|----------------------------------|--|---|--|
| усвоения знаний | | | |
| 5. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 83

| | | | |
|-------------------------------------|--|---|--|
| Предмет | Адаптивная физическая культура | | |
| Класс | 1 | | |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы | | |
| Тип урока | Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности) | | |
| Тема | Коррекционная подвижная игра «Проползи не урони» | | |
| Цель | Формирование навыка ползания в игровой деятельности | | |
| Задачи | Коррекционно-образовательные: повторить правила игры, формирование двигательного навыка Коррекционно-развивающие: развивать ловкость, общую моторику Коррекционно-воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |

| | | | |
|--|--|---|---|
| | | учителя | |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение построений в шеренгу и колонну | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы) | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем |
| 3. Включение изученного в систему знаний | Выполнение ходьбы со сменой положений рук. Повторение размещения «врассыпную». Ознакомление с правилами игры | Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения наименьшее количество раз. Размещаются «врассыпную» с помощью учителя | Выполняют ходьбу по указанию учителя. Размещаются «врассыпную» |
| 4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний | Подвижная игра | Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя | Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя |
| 5. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

| | | | |
|--|---|---|---|
| Предмет | Адаптивная физическая культура | | |
| Класс | 1 | | |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы | | |
| Тип урока | Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности) | | |
| Тема | Коррекционная подвижная игра «Крокодил» | | |
| Цель | Развитие координации движений | | |
| Задачи | Коррекционно- образовательные: выполнять движения в соответствии с текстом, управлять силой своего голоса, умение действовать по сигналу Коррекционно-развивающие: развивать реакцию, внимательность, ловкость, быстроту и координацию движения. Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение построений в шеренгу и колонну | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем |

| | | | |
|--|--|---|---|
| | | образец правильного выполнения (обучающихся 2 группы) | |
| 3. Включение изученного в систему знаний | Выполнение ходьбы со сменой положений рук. Закрепление упражнений для развития мышц кистей рук и пальцев. Выполнение приставных шагов в сторону, ориентирование в пространстве | Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя. Выполнение упражнений наименьшее количество раз | Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя. Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя |
| 4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний | Подвижная игра взаимодействие в коллективе | Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя |
| 5. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 85

| | |
|-------------------------------------|--------------------------------|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы |

| | | | |
|--|--|--|--|
| Тип урока | Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности) | | |
| Тема | Коррекционная подвижная игра «Перелет птиц» | | |
| Цель | Развитие пространственно- временной дифференцировки | | |
| Задачи | Коррекционно- образовательные: ознакомить с правилами игры, повторить упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев, формирование навыка ориентировки в пространстве Коррекционно- развивающие: развивать ловкость, мелкую и крупную моторику Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение построений в шеренгу и колонну | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы) | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем |
| 3. Включение изученного в систему знаний | Выполнение ходьбы со сменой положений рук. Повторение упражнений для развития мышц кистей | Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя. Выполнение | Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя. Выполняют упражнения по инструкции и |

| | | | |
|--|---|---|--|
| | рук и пальцев. Ориентирование в пространстве | упражнений в наименьшее количество раз | показу учителя |
| 4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний | Взбирание на предметы приподнятые над полом (землей), выполнение лазания по гимнастической стенке | Осваивают и используют игровые умения с помощью учителя | Осваивают и используют игровые умения по инструкции |
| 5. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 86

| | |
|-------------------------------------|---|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы |
| Тип урока | Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности) |
| Тема | Коррекционная подвижная игра «Охотники и зайцы» |
| Цель | Формирование навыка метания мяча в цель |
| Задачи | Коррекционно- образовательные: ознакомить с правилами игры, повторить упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев, формирование навыка перелазания (перепрыгивания) через препятствие Коррекционно- развивающие: развивать ловкость, общую моторику Коррекционно- воспитательные: воспитывать |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | дисциплинированность, организованность | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение построений в шеренгу и колонну | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы) | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем |
| 3. Включение изученного в систему знаний | Выполнение бега в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений | Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Выполняют упражнения наименьшее количество раз | Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя |
| 4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль | Выполнение метания в подвижную цель, перелезание (перепрыгивание) через | Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя |

| | | | |
|----------------------------------|--|---|--|
| усвоения знаний | препятствие | | |
| 5. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 87

| | | | |
|-------------------------------------|--|---|--|
| Предмет | Адаптивная физическая культура | | |
| Класс | 1 | | |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы | | |
| Тип урока | Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности) | | |
| Тема | Коррекционная подвижная игра «Волк во рву» | | |
| Цель | Формирование навыка преодоления препятствий | | |
| Задачи | Коррекционно-образовательные: повторить правила игры, формирование двигательного навыка Коррекционно-развивающие: развивать ловкость, прыгучесть Коррекционно-воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |

| | | | |
|--|--|---|---|
| | | учителя | |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение построений в шеренгу и колонну | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы) | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем |
| 3. Включение изученного в систему знаний | Выполнение ходьбы со сменой положений рук. Повторение размещения «врассыпную». Ознакомление с правилами игры | Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения наименьшее количество раз. Размещаются «врассыпную» с помощью учителя | Выполняют ходьбу по указанию учителя. Размещаются «врассыпную». Осваивают и используют игровые умения |
| 4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний | Выполнение действий согласно правилам игры, перепрыгивание через препятствие | Осваивают и используют игровые умения с помощью учителя | Осваивают и используют игровые умения |
| 5. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

| | | | |
|--|---|---|---|
| Предмет | Адаптивная физическая культура | | |
| Класс | 1 | | |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы | | |
| Тип урока | Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности) | | |
| Тема | Коррекционная подвижная игра «Кто самый меткий» | | |
| Цель | Формирование навыка метания мяча в цель | | |
| Задачи | Коррекционно- образовательные: ознакомить с правилами игры, повторить упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев, формировать навык метания Коррекционно- развивающие: развивать ловкость, общую моторику Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение построений в шеренгу и колонну | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | образец правильного выполнения (обучающихся 2 группы) | |
| 3. Включение изученного в систему знаний | Выполнение бега в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений | Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Выполняют упражнения наименьшее количество раз | Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя |
| 4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний | Выполнение действий согласно правилам игры, метание в цель | Выполняют упражнения с мячом по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий | Выполняют упражнения после инструкции и показа учителя |
| 5. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 89

| | |
|-------------------------------------|--------------------------------|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы |

| | | | |
|--|---|--|---|
| Тип урока | Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности) | | |
| Тема | Коррекционная подвижная игра «Лягушка и цапля» | | |
| Цель | Развитие пространственно- временной дифференцировки | | |
| Задачи | Коррекционно- образовательные: ознакомить с правилами игры, повторить упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев, формирование навыка ориентировки в пространстве Коррекционно- развивающие: развивать ловкость, координацию движений Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение построений в шеренгу и колонну | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы) | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем |
| 3. Включение изученного в систему знаний | Выполнение ходьбы со сменой положений рук. Повторение правил игры | Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или | Выполняют ходьбу по показу. Осваивают и используют игровые умения |

| | | | |
|--|--|---|--|
| | | обучающимися 2 группы. Осваивают и используют игровые умения | |
| 4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний | Удержание равновесия при движении | Выполняют упражнения на удержание равновесия под контролем педагога | Выполняют упражнения на удержание равновесия по показу и после инструкции педагога |
| 5. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 90

| | |
|-------------------------------------|--|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы |
| Тип урока | Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности) |
| Тема | Коррекционная подвижная игра «Кто дальше бросит» |
| Цель | Формирование навыка метания мяча на дальность |
| Задачи | Коррекционно-образовательные: ознакомить с правилами игры, повторить комплекса утренней гимнастики Коррекционно-развивающие: развивать ловкость, координацию движений Коррекционно-воспитательные: воспитывать |

| | | | |
|--|---|--|--|
| | дисциплинированность, организованность | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение построений в шеренгу и колонну | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы) | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем |
| 3. Включение изученного в систему знаний | Выполнение ходьбы в колонне по одному с различными заданиями для рук. Построение в круг. Выполнение комплекса утренней гимнастики | Выполняют ходьбу в колонне, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют построение в круг с помощью учителя | Выполняют ходьбу в колонне по одному с различными заданиями для рук по показу учителя. Выполняют построение в круг и комплекс утренней зарядки по инструкции учителя |
| 4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль | Правильное удержание предмета, бросание предмета вдаль правой и левой рукой, | Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь | Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя |

| | | | |
|----------------------------------|--|--|--|
| усвоения знаний | двумя руками | на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя) | |
| 5. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 91

| | |
|-------------------------------------|---|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы |
| Тип урока | Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности) |
| Тема | Коррекционная подвижная игра «Кто дальше бросит» |
| Цель | Формирование навыка метания мяча на дальность |
| Задачи | Коррекционно-образовательные: ознакомить с правилами игры, повторить комплекса утренней гимнастики Коррекционно-развивающие: развивать ловкость, координацию движений Коррекционно-воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность |
| Этапы урока | Содержание деятельности |

| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
|--|---|--|--|
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение построений в шеренгу и колонну | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы) | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем |
| 3. Включение изученного в систему знаний | Выполнение ходьбы в колонне по одному с различными заданиями для рук. Построение в круг. Выполнение комплекса утренней гимнастики | Выполняют ходьбу в колонне, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют построение в круг с помощью учителя | Выполняют ходьбу в колонне по одному с различными заданиями для рук по показу учителя. Выполняют построение в круг и комплекс утренней зарядки по инструкции учителя |
| 4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний | Правильное удержание предмета, бросание предмета вдаль правой и левой рукой, двумя руками | Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, | Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя |

| | | | |
|--|--|---|--|
| | | повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя) | |
| 5. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 92

| | | | |
|-------------------------------------|--|--------------------------|---------------------|
| Предмет | Адаптивная физическая культура | | |
| Класс | 1 | | |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы | | |
| Тип урока | Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности) | | |
| Тема | Коррекционная подвижная игра «Через ручей» | | |
| Цель | Формирование навыка преодоления препятствий | | |
| Задачи | Коррекционно-образовательные: повторить правила игры, формирование двигательного навыка Коррекционно-развивающие: развивать ловкость, прыгучесть Коррекционно-воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |

| | | | |
|--|---|---|---|
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение построений в шеренгу и колонну | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы) | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем |
| 3. Включение изученного в систему знаний | Выполнение бега в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Беседа о значении утренней зарядки. Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений типа зарядки | Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Отвечают на вопросы односложно. Выполняют построение в круг с помощью учителя | Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Отвечают на вопросы целым предложением. Выполняют построение в круг и комплекс утренней зарядки по инструкции учителя. |
| 4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний | Перепрыгивание через ручеёк, отталкиваясь двумя ногами и мягко приземляясь, сгибая колени | Осваивают и используют игровые умения под контролем педагога | Осваивают и используют игровые умения |
| 5. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

| | | | |
|--|--|---|---|
| | | вопросы учителя | |
| Предмет | Адаптивная физическая культура | | |
| Класс | 1 | | |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы | | |
| Тип урока | Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности) | | |
| Тема | Коррекционная подвижная игра «Через ручей» | | |
| Цель | Формирование навыка преодоления препятствий | | |
| Задачи | Коррекционно-образовательные: повторить правила игры, формирование двигательного навыка Коррекционно-развивающие: развивать ловкость, прыгучесть Коррекционно-воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение построений в шеренгу и колонну | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем |

| | | | |
|--|---|---|--|
| | | образец правильного выполнения (обучающихся 2 группы) | |
| 3. Включение изученного в систему знаний | Выполнение бега в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Беседа о значении утренней зарядки. Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений типа зарядки | Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Отвечают на вопросы односложно. Выполняют построение в круг с помощью учителя | Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Отвечают на вопросы целым предложением. Выполняют построение в круг и комплекс утренней зарядки по инструкции учителя |
| 4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний | Перепрыгивание через ручеёк, отталкиваясь двумя ногами и мягко приземляясь, сгибая колени | Осваивают и используют игровые умения под контролем педагога | Осваивают и используют игровые умения |
| 5. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 94

| | |
|-------------------------------------|--------------------------------|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы |

| | | | |
|--|--|--|---|
| Тип урока | Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности) | | |
| Тема | Коррекционная подвижная игра «Пингвины» | | |
| Цель | Формирование навыка прыжка на двух ногах с продвижением | | |
| Задачи | Коррекционно- образовательные: повторить правила игры, сформировать двигательный навык, закрепить общеразвивающие упражнения Коррекционно-развивающие: развивать ловкость, прыгучесть Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение построений в шеренгу и колонну | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы) | Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем |
| 3. Включение изученного в систему знаний | Выполнение бега по прямой в шеренге. Выполнение общеразвивающих упражнений | Выполняют упражнения с мячом по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ | Выполняют упражнения после инструкции и показа учителя |

| | | | |
|--|---|--|--|
| | | отдельных действий и операций в последовательности их выполнения, под пооперационным (пошаговым) контролем учителя (при необходимости) | |
| 4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний | Выполнение прыжков до зрительного ориентира на двух ногах с мячом, зажатым между колен, стараясь не потерять мяч, приземляясь на обе ноги | Выполняют прыжки под пооперационным (пошаговым) контролем учителя (при необходимости) | Выполняют прыжки после инструкции и показа учителя |
| 5. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 95

| | |
|-------------------------------------|--|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний |
| Тема | Ходьба в колонне по одному по кругу. Ходьба с различными положениями рук |

| | | | |
|--|--|--|--|
| Цель | Освоение техники ходьбы в разном темпе | | |
| Задачи | <p>Коррекционно- образовательные: ознакомить с техникой ходьбы в различном темпе, разучить комплекс утренней гимнастики, подвижную игру с бегом</p> <p>Коррекционно- развивающие: развить чувство ритма, ловкость, координационные способности, умение согласовывать движения</p> <p>Коррекционно- воспитательные: формировать умения обучающихся взаимодействовать со сверстниками в игровой деятельности</p> | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Построение в колонну и перестроение в шеренгу | Выполняют построение в шеренгу и колонну, ориентируясь на образец выполнения обучающимися 2 группы | Выполняют построение в шеренгу и колонну |
| 3. Открытие новых знаний | Выполнение ходьбы с сохранением правильной осанки, в затылок друг другу и осуществление зрительного контроля за дистанцией | Выполняют ходьбу в колонне по одному по кругу зала, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 | Выполняют ходьбу в колонне по одному в обход зала за учителем |

| | | | |
|--|--|---|--|
| | | группы. | |
| 4.Первичное закрепление материала | Выполнение ходьбы с различными положениями рук | Выполняют ходьбу с различными положениями рук | Выполняют ходьбу с различными положениями рук по показу |
| 5. Включение в систему знаний и повторение | Разучивание подвижной игры с бегом | Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Играют в подвижную игру по инструкции учителя |
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 96

| | |
|-------------------------------------|---|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний |
| Тема | Бег правым, левым боком вперед |
| Цель | Формирование представлений о разных способах передвижения |
| Задачи | Коррекционно- образовательные: создать представление о технике бега боком, повторить упражнения для укрепления голеностопных суставов и стоп Коррекционно- развивающие: развивать точность и координацию движений Коррекционно- воспитательные: развивать умение контролировать двигательные действия |

| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
|--|--|--|--|
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Приветствие. Построение в шеренгу | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Перестроение в шеренгу, в колонну по одному | Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор-ориентиров для выполнения построений и перестроений. Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы | Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры |
| 3. Открытие новых знаний | Выполнение ходьбы со сменой положения рук. Сохранение положения правильной осанки во время выполнения бега | Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя | Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя |
| 4. Первичное | Выполнение упражнений | Выполняют упражнения | Выполняют упражнения по |

| | | | |
|--|--|---|--|
| закрепление материала | для укрепления голеностопных суставов и стоп | на точность движения ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися группы | инструкции и показу учителя. Удерживают правильное положение тела во время ходьбы и бега |
| 5. Включение в систему знаний и повторение | Подвижная игра с прыжками | Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Играют в подвижную игру по инструкции учителя |
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 97

| | |
|-------------------------------------|---|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний |
| Тема | Толчком двух ног прыжок вверх, доставая предмет |
| Цель | Развитие взрывной силы ног, равновесия и координации |
| Задачи | Коррекционно- образовательные: разучить прыжковые упражнения, повторить ходьбу с хлопками, продолжить знакомство с упражнениями развития мышц кистей рук и пальцев Коррекционно- развивающие: укреплять связки, улучшать |

| | | | |
|--|---|--|---|
| | работу суставов находчивость | Коррекционно-воспитательные: | воспитывать смелость, |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Приветствие. Построение в шеренгу | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение ходьбы с хлопками | Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы | Выполняют ходьбу в колонне по одному с различными заданиями для рук по показу учителя |
| 3. Открытие новых знаний | Освоение прыжков вверх толчком двух ног | Выполняют прыжки после инструкции и неоднократного показа учителя. Подпрыгивают вверх, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы | Выполняют прыжки после инструкции и показа учителя |
| 4. Первичное закрепление материала | Выполнение упражнений для укрепления мышц ног | Выполнение упражнений для укрепления мышц ног с | Выполнение упражнений для укрепления мышц ног по показу учителя |

| | | | |
|--|--|---|--|
| | | наименьшим количеством раз | |
| 5. Включение в систему знаний и повторение | Подвижная игра с элементами лазания | Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Играют в подвижную игру по инструкции учителя |
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 98

| | |
|-------------------------------------|---|
| Предмет | Адаптивная физическая культура |
| Класс | 1 |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний |
| Тема | Прыжок в глубину с гимнастической скамейки |
| Цель | Развитие взрывной силы ног, равновесия и координации |
| Задачи | Коррекционно- образовательные: разучить прыжковые упражнения, повторить ходьбу с хлопками, продолжить знакомство с упражнениями развития мышц кистей рук и пальцев Коррекционно- развивающие: укреплять связки, улучшать работу суставов Коррекционно- воспитательные: воспитывать смелость, находчивость |
| Этапы урока | Содержание деятельности |

| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
|--|---|---|--|
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный этап | Приветствие. Построение в шеренгу | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение ходьбы с хлопками | Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы | Выполняют ходьбу в колонне по одному с различными заданиями для рук по показу учителя |
| 3. Открытие новых знаний | Освоение мягкого приземления после прыжка | Выполняют прыжок в глубину с гимнастической скамейки, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы | Выполняют прыжки после инструкции и показа учителя; удерживают правильное положение тела в процессе выполнения прыжков |
| 4. Первичное закрепление материала | Выполнение упражнений для укрепления мышц ног | Подпрыгивают вверх, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы | Выполняют прыжки после инструкции и показа учителя |
| 5. Включение в систему знаний и | Подвижная игра с метанием | Участвуют в подвижной игре по показу и | Играют в подвижную игру по инструкции учителя |

| | | | |
|----------------------------------|--|---|--|
| повторение | | инструкции учителя | |
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

Урок 99

| | | | |
|-------------------------------------|--|---|---------------------|
| Предмет | Адаптивная физическая культура | | |
| Класс | 1 | | |
| Материально-техническое обеспечение | Фишки, конусы, мячи для большого тенниса | | |
| Тип урока | Урок открытия новых знаний | | |
| Тема | Метание малого мяча с места в цель | | |
| Цель | Формирование представлений о технике метания мячей | | |
| Задачи | Коррекционно-образовательные: формировать представление о технике метания мячей, познакомить с правильным захватом малого мяча, повторить комплекс общеразвивающих упражнений Коррекционно-развивающие: развивать мелкую моторику Коррекционно-воспитательные: воспитывать умение взаимодействовать с одноклассниками в игровой деятельности | | |
| Этапы урока | Содержание деятельности | | |
| | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | |
| | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| 1. Организационный | Построение в шеренгу. Приветствие | Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя | |

| | | | |
|--|---|---|---|
| этап | | | |
| 2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности | Выполнение бега по прямой в шеренге | Выполняют бег под контролем учителя | Выполняют бег после инструкции, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры |
| 3. Открытие новых знаний | Выполнение бега по прямой в шеренге. Выполнение общеразвивающих упражнений. Ознакомление с названием мяча для метания | Выполняют бег под контролем учителя. Выполняют 3-5 упражнений | Выполняют бег после инструкции, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры |
| 4. Первичное закрепление материала | Освоение произвольного метания малого мяча в цель | Выполняют различные виды метания малых мячей после инструкции и неоднократного показа учителя | Выполняют захват и удержание различных предметов для выполнения метания после инструкции и показа учителя |
| 5. Включение в систему знаний и повторение | Игры с элементами общеразвивающих упражнений | Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя | Играют в подвижную игру по инструкции учителя |
| 6. Рефлексия (подведение итогов) | Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя | Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 698940195023587148468261147848448039035925739261

Владелец Дзюба Олеся Валентиновна

Действителен с 16.12.2024 по 16.12.2025