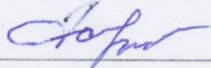


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Республики Бурятия
Государственное бюджетное образовательное учреждение
«Республиканский центр образования»

РАССМОТРЕНО

Руководитель МО:



(Бадмаева О.Ю.)

Протокол №2

От «29» 08 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Председатель
методического совета:



(Дугаржапова Г.Д.)

Протокол №2 от

«30»08.2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор:



(Новокре́щенны́х С.П.)

Приказ № 148

От «02» сентября 2024 г



Адаптированная образовательная программа
начального общего образования
(ID 2972215)
обучающихся с НОДА (вариант 6.2)
по предмету «Адаптивная физическая культура»
для 1 класса
на 2024-2025 учебный год

Улан-Удэ, 2024 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

- Программа по предмету «Адаптивная физическая культура» для учащихся с НОДА составлена на основе примерной программы «Института коррекционной педагогики» и требований к результатам освоения программы начального общего образования ФГОС НОО, а также ориентирована на целевые приоритеты духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания.
- АООП НОО обучающихся с НОДА (вариант 6.2), учебным планом ГБОУ «Республиканский центр образования» и на основе
- Федерального законом от 24 сентября 2022 г. № 371-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»
- Приказом Минпросвещения России от 24.11.2022 г. № 1023 "Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья"
- Примерная рабочая программа по адаптивной физической культуре для детей младшего школьного возраста с НОДА. **ОДОБРЕНА** решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 29 сентября 2022 г. № 7/2

Общая характеристика адаптивной учебной программы.

Учебный материал составлен с учетом физического развития, моторики, соматического состояния учащихся данного типа школы. Он дает возможность оказывать избирательное воздействие на различные дефекты в элементарных движениях учеников и содействует развитию способности организовать сложные двигательные комплексы, особенно те, которые необходимы в учебной и трудовой деятельности. Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека.

Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

Распределение программного материала по годам и периодам обучения, последовательность тем в рамках модулей определяются педагогами при составлении авторских рабочих программ по адаптивной физической культуре самостоятельно с учетом особенностей психофизического развития и особых образовательных потребностей обучающихся конкретной образовательной организации. Программы носят компилятивный характер, виды деятельности и планируемые результаты определяются с учетом индивидуальных двигательных и интеллектуальных возможностей обучающихся, материально-технического обеспечения и др.

В программе нашли свое отражение положения о приоритетности задач по охране и укреплению здоровья обучающихся и воспитанников в системе образования;

современные научные представления о категории обучающихся с НОДА, научные и методологические подходы к их обучению, воспитанию и реабилитации (абилитации).

Цель программы – содействие нормализации двигательной деятельности, способствующей физической и социальной реабилитации (абилитации) обучающихся с НОДА, формирование осознанного отношения к своим возможностям и потребностям в систематических занятиях физическими упражнениями, осуществлении здорового образа жизни.

Задачи программы:

Цель программы конкретизируется решением следующих задач:

- обеспечение регулярной физической активности, адекватной состоянию здоровья и соответствующей уровню функциональных возможностей обучающихся;
- укрепление здоровья, содействие физическому развитию, повышению защитных сил организма;
- обучение основам техники движений, формирование жизненно необходимых навыков и умений;
- развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей;
- развитие социально-коммуникативных умений;
- развитие и совершенствование личностных и эмоционально-волевых качеств обучающегося с НОДА.

Специфические (коррекционные, компенсаторные, профилактические) задачи адаптивной физической культуры при работе с обучающимися с НОДА:

- коррекция с учетом особенностей заболевания обучающегося с НОДА техники основных движений: ходьбы, бега, прыжков, перелезания, метания, мелкой моторики рук, симметричных и ассиметричных движений и др.;
- коррекция и развитие координационных способностей с учетом особенностей заболевания обучающегося с НОДА: согласованности движений отдельных звеньев тела при выполнении физических упражнений, ориентировки в пространстве, дифференцировки усилий, времени и пространства, расслабления, быстроты реагирования на изменяющиеся условия, равновесия, ритмичности, точности движений, мышечно-суставного чувства, зрительно-моторной координации;
- изменение качества движений с учетом особенностей заболевания обучающегося с НОДА за счет улучшения согласованности и тренировки различных мышечных групп, согласования сокращения и расслабления мышц-антагонистов и мышц-синергистов в процессе выполнения малоамплитудных движений;

- улучшение пластичности и гибкости с учетом особенностей заболевания обучающегося с НОДА;
- коррекция и развитие физической подготовленности с учетом особенностей заболевания обучающегося с НОДА: мышечной силы, элементарных форм скоростных, скоростно-силовых качеств, ловкости, выносливости, подвижности в суставах;
- компенсация утраченных или нарушенных функций, формирование новых видов движений за счет сохранных функций в случае невозможности коррекции;
- профилактика и коррекция соматических нарушений с учетом особенностей заболевания обучающегося с НОДА: нарушений осанки, дыхательной и сердечно-сосудистой системы, сколиоза, плоскостопия, профилактика простудных и инфекционных заболеваний, травматизма, микротравм;
- коррекция и развитие сенсорных систем с учетом особенностей заболевания обучающегося с НОДА: дифференцировка зрительных и слуховых сигналов по силе, расстоянию, направлению; развитие зрительной и слуховой памяти; развитие устойчивости к вестибулярным раздражениям; дифференцировка тактильных ощущений, кожно-кинестетических восприятий и т. д.;
- коррекция психических нарушений в процессе деятельности: зрительно-предметного и зрительно-пространственного восприятия, мыслительных операций, памяти, внимания, речи, воображения, эмоционально-волевой сферы и т. д.

Принципы и подходы к реализации программы

Принцип единства диагностики и коррекции. До начала реализации программы необходимо организовать и провести комплексное диагностическое обследование, позволяющее выявить особенности двигательного развития, получить медицинские рекомендации по возможным направлениям работы, определить особенности организации двигательной деятельности (в том числе с учетом запрета определенных движений), характер и интенсивность трудностей, сделать заключение об их возможных причинах. Реализация программы требует от учителя постоянного контроля динамики изменений личности, поведения и деятельности, эмоциональных состояний, чувств и переживаний обучающегося с НОДА. Такой контроль позволяет вовремя вносить коррективы в рабочую программу учителя.

Принцип учета индивидуальных, дифференцированных особенностей обучающегося с НОДА с учетом разнообразия выявленных нарушений.

Принцип системности коррекционных, профилактических и развивающих задач.

Принцип вариативности предполагает возможность сосуществования различных подходов к отбору содержания и технологий обучения АФК с учетом особых образовательных потребностей обучающихся с НОДА, что позволяет учителю составлять индивидуальный учебный план, отбирая содержание под конкретного обучающегося с НОДА.

Принцип непрерывности получения образования обеспечивает подготовку обучающегося с НОДА к интеграции в систему непрерывного образования; осуществляет обеспечение преемственности знаний.

Принцип инклюзивности направлен на продуктивное включение каждого обучающегося с НОДА в образовательный процесс вне зависимости от его ограничений и стартовых возможностей.

Принцип сотрудничества с семьей.

Образовательно-коррекционный процесс на уроках АФК базируется на общедидактических и специальных принципах, обусловленных особенностями психофизического развития обучающихся с НОДА.

Программа реализуется в рамках *деятельностного подхода*, определяющего тактику проведения работы через активизацию деятельности каждого обучающегося с НОДА.

Место учебного предмета в учебном плане

Общее число часов, отведенных на изучение учебного предмета «Адаптивная физическая культура» в 1 классе по учебному плану ГБОУ «РЦО» составляет 99 часо (3 часа в неделю)

Планируемые результаты освоения программы

Личностные результаты

Личностные результаты включают готовность и способность обучающихся с НОДА к саморазвитию, сформированность мотивации к обучению и познанию, ценностно-смысловые установки и отражают:

- формирование чувства гордости за свою Родину, за спортивные достижения российских спортсменов на международных соревнованиях и олимпиадах, в том числе на Паралимпиаде;
- формирование уважительного отношения к спортивным достижениям спортсменов других стран;

— формирование мотивов учебной деятельности, направленной на получение новых знаний о занятиях физической культурой, необходимых для укрепления здоровья, физического развития;

— эстетическое развитие, воспитание доброжелательности и эмоциональной отзывчивости, нравственных качеств понимания чувств других людей и сопереживания им: разделение радости достижения спортивных результатов с одноклассниками, проявление эмпатии и взаимопомощи в командных спортивных играх, в соревновательной деятельности, на занятиях адаптивной физической культурой;

— развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, представлений о социальных нормах и правилах межличностных отношений в коллективе, спортивной команде, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций при выполнении физических упражнений, занятиях спортом;

— понимание значения физической культуры в жизни человека и общества;

— формирование адекватных представлений о собственных физических возможностях и ограничениях;

— формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к занятиям физической культурой и спортом.

— понимание необходимости соблюдения правил безопасности при занятиях адаптивной физической культурой и спортом.

Метапредметные результаты включают освоенные обучающимися с НОДА универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные, коммуникативные), которые обеспечивают овладение ключевыми компетенциями, составляющими основу умения учиться, межпредметные понятия и отражают:

— овладение способностью принимать и достигать цели и задачи учебной деятельности, в том числе групповые, поставленные учителем на уроках АФК;

— формирование умения планировать, контролировать и оценивать двигательные действия в соответствии с указаниями учителя;

— формирование умения понимать причины успеха/неуспеха в спортивной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;

--определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;

--умение оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

— готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

— овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты включают опыт, освоенный обучающимися с НОДА в процессе изучения данного предмета с учетом их психофизических особенностей, опыт деятельности по получению нового знания, его преобразованию, применению и отражают:

— формирование первоначальных представлений о значении адаптивной физической культуры для укрепления здоровья человека с НОДА (физического и психологического), о позитивном влиянии АФК на развитие человека с НОДА (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;

— овладение умениями, необходимыми для здорового образа жизни (режим дня, утренняя зарядка, паузы двигательной разгрузки, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.);

— формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.);

— взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.

Практические предметные результаты определяются индивидуально, исходя из особенностей двигательной и интеллектуальной сферы обучающегося с НОДА, с учетом медицинских рекомендаций и рекомендаций школьного психолого-медико-педагогического консилиума.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

1 КЛАСС

Знания о физической культуре

Понятие «адаптивная физическая культура» как занятия физическими упражнениями и спортом по укреплению здоровья, физическому развитию и физической подготовке. Связь физических упражнений с движениями животных и трудовыми действиями древних людей. История физической культуры.

Способы самостоятельной деятельности

Режим дня и правила его составления и соблюдения.

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

Гигиена человека и требования к проведению гигиенических процедур. Осанка и комплексы упражнений для правильного её развития. Физические упражнения для физкультурминуток и утренней зарядки.

Спортивно-оздоровительная физическая культура

Правила поведения на уроках физической культуры, подбора одежды для занятий в спортивном зале и на открытом воздухе.

- ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
- 1 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контроль ные работы	Практическ ие работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
	Понятие адаптивной физической культуры	2			Поле для свободного ввода
	История физической культуры	2			
Раздел 2. Способы физкультурной деятельности					
	Режим дня школьника	2			Поле для свободного ввода
	Наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью	5			Поле для свободного ввода
Раздел 3. Физкультурно-оздоровительная деятельность					
	Гигиена человека	2			Поле для свободного ввода
	Осанка человека	12			Поле для свободного ввода
	Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня	5			Поле для свободного ввода

	школьника				
	Физические упражнения	37			Поле для свободного ввода
	Игры на развитие пространственной ориентации. Упражнения на ловкость.Нейрогенная и пальчиковая гимнастики	17			Поле для свободного ввода
	Глазодвигательная и артикуляционная гимнастика	12			Поле для свободного ввода
	Повторение.Физические упражнения как активный отдых.	3			Поле для свободного ввода
	ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	99	0	0	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 класс

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1.	Что такое адаптивная физическая культура. Положительное влияние занятий на успехи в учебе. Общеукрепляющие упражнения.	1			1 неделя	/ https://resh.edu.ru/ subject/9/
2.	История физической культуры. Как возникли первые соревнования. Общеукрепляющие упражнения.	1			1 неделя	https://resh.edu.ru/ subject/9/

3.	Правила поведения на уроках физической культуры Общеукрепляющие упражнения.	1			1 неделя	https://resh.edu.ru/subject/9/
4.	Личная гигиена и гигиенические процедуры. Общеукрепляющие упражнения.	1			2 неделя	https://resh.edu.ru/subject/9/
5.	Как зародились олимпийские игры. Миф о Геракле. Общеукрепляющие упражнения.	1			2 неделя	https://resh.edu.ru/subject/9/
6.	Физкультура и спорт в древности. Современные физкультура и спорт. Упражнения на развитие осанки.	1			2 неделя	https://resh.edu.ru/subject/9/
7.	Характерные признаки соревнований. Упражнения на развитие осанки.	1			3 неделя	https://resh.edu.ru/subject/9/
8.	Первые соревнования у древних людей. Роль и значение соревнований в воспитании будущих воинов и охотников. Упражнения на развитие гибкости.	1			3 неделя	https://resh.edu.ru/subject/9/
9.	Правила проведения олимпийских и параолимпийских	1			3	https://resh.edu.ru/subject/9/

	игр. Упражнения на развитие гибкости.				неделя	
10.	Связь физической культуры с обычаями и традициями народа. Упражнения на развитие гибкости.	1			4 неделя	https://resh.edu.ru/subject/9/ https://resh.edu.ru/subject/9/
11.	Параметры правильной осанки и как ее проверить. Дыхание при выполнении упражнений, восстанови	1			4 неделя	Поле для свободного ввода1
12.	Общеукрепляющие упражнения. тельное дыхание.	1			4 неделя	https://resh.edu.ru/subject/9/
13.	Упражнения для формирования и закрепления навыка правильной осанки.	1			5 неделя	Поле для свободного ввода1
14.	Упражнения в положении стоя и сидя, касаясь стены	1			5 неделя	https://resh.edu.ru/subject/9/
15.	Упражнения для формирования и закрепления навыка правильной осанки. Упражнения в положении стоя и сидя, касаясь стены	1			5 неделя	Поле для свободного ввода1

16.	Закаливание. Как закалывать свой организм. Общеукрепляющие упражнения.	1			6 неделя	Поле для свободного ввода1
17.	Привила закаливания водой.Общеукрепляющие упражнения.	1			6 неделя	Поле для свободного ввода1
18.	Физические упражнения. Что такое физические упражнения.	1			6 неделя	Поле для свободного ввода1
19.	Чем отличаются физические упражнения от естественных движений и передвижений.	1			7 неделя	Поле для свободного ввода1
20.	Комплекс утренней зарядки №1	1			7 неделя	Поле для свободного ввода1
21.	Что такое физическое развитие. Общеукрепляющие упражнения.	1			7 неделя	Поле для свободного ввода1
22.	Что такое физические качества. Общеукрепляющие упражнения.	1			8 неделя	Поле для свободного ввода1
23.	Сила. Упражнения для развития силы.	1			8 неделя	Поле для свободного ввода1
24.	Быстрота. Упражнения для развития	1			8	Поле для свободного ввода1

	быстроты.Общеукрепляющие упражнения.				неделя	
25.	Выносливость. Упражнения для развития выносливости Общеукрепляющие упражнения.	1			9 неделя	Поле для свободного ввода1
26.	Гибкость. Упражнения для развития гибкости. Общеукрепляющие упражнения.	1			9 неделя	Поле для свободного ввода1
27.	Равновесие . Упражнение для развития равновесия.	1			9 неделя	Поле для свободного ввода1
28.	Комплекс утренней зарядки №2 Общеукрепляющие упражнения.	1			10 неделя	Поле для свободного ввода1
29.	Игры и занятия в зимнее время года. Общеукрепляющие упражнения.	1			10 неделя	Поле для свободного ввода1
30.	Как одеваться зимой для прогулок. Общеукрепляющие упражнения.	1			10 неделя	Поле для свободного ввода1
31.	Упражнения с мячом. Подкидывание и ловля двумя руками.	1			11 неделя	Поле для свободного ввода1

32.	Упражнения с мячом. Подкидывание и ловля двумя руками	1			11 неделя	Поле для свободного ввода1
33.	Комплекс утренней зарядки №3	1			11 неделя	Поле для свободного ввода1
34.	Твой организм. Основные части тела. Общеукрепляющие упражнения.	1			12 неделя	Поле для свободного ввода1
35.	Твой организм. Основные части тела. Общеукрепляющие упражнения.	1			12 неделя	Поле для свободного ввода1
36.	Твой организм. Основные внутренние органы человека. Общеукрепляющие упражнения.	1			12 неделя	Поле для свободного ввода1
37.	Твой организм. Основные внутренние органы человека. Общеукрепляющие упражнения.	1			13 неделя	Поле для свободного ввода1
38.	Твой организм. Скелет. Осанка. Упражнения для осанки.	1			13 неделя	Поле для свободного ввода1
39.	Твой организм. Скелет. Осанка. Упражнения для осанки.	1			13 неделя	Поле для свободного ввода1

40.	Твой организм. Мышцы. Осанка. Упражнения для осанки.	1			14 неделя	Поле для свободного ввода1
41.	Твой организм. Органы чувств. Общеукрепляющие упражнения.	1			14 неделя	Поле для свободного ввода1
42.	Твой организм. Органы чувств. Общеукрепляющие упражнения	1			14 неделя	Поле для свободного ввода1
43.	Твой организм мозг и нервная система. Общеукрепляющие упражнения.	1			15 неделя	Поле для свободного ввода1
44.	Твой организм мозг и нервная система. Общеукрепляющие упражнения.	1			15 неделя	Поле для свободного ввода1
45.	Твой организм мозг и нервная система. Общеукрепляющие упражнения.	1			15 неделя	Поле для свободного ввода1
46.	Твой организм. Органы дыхания. Дыхательная гимнастика.	1			16 неделя	Поле для свободного ввода1
47.	Твой организм. Органы дыхания. Дыхательная гимнастика.	1			16 неделя	Поле для свободного ввода1
48.	Твой организм. Органы	1			16	Поле для свободного ввода1

	пищеварения Упражнения для релаксации мимики лица.				неделя	
49.	Твой организм. Органы пищеварения Упражнения для релаксации мимики лица.	1			17 неделя	Поле для свободного ввода1
50.	Твой организм. Пища и питательные вещества. Упражнения для релаксации мимики лица.	1			17 неделя	Поле для свободного ввода1
51.	Твой организм. Пища и питательные вещества. Упражнения для релаксации мимики лица.	1			17 неделя	Поле для свободного ввода1
52.	Вода и питьевой режим. Общеукрепляющие упражнения.	1			18 неделя	Поле для свободного ввода1
53.	Вода и питьевой режим. Общеукрепляющие упражнения.	1			18 неделя	Поле для свободного ввода1
54.	Режим дня. Разучивание комплекса новой утренней зарядки.	1			18 неделя	Поле для свободного ввода1

55.	Режим дня. Разучивание комплекса новой утренней зарядки	1			19 неделя	Поле для свободного ввода1
56.	Спортивная одежда и обувь. Упражнения на развитие гибкости стопы.	1			19 неделя	Поле для свободного ввода1
57.	Спортивная одежда и обувь. Упражнения на развитие гибкости стопы.	1			19 неделя	Поле для свободного ввода1
58.	Самоконтроль своего физического состояния. Общеукрепляющие упражнения.	1			20 неделя	Поле для свободного ввода1
59.	Комплексы физических упражнений для утренней зарядки.	1			20 неделя	Поле для свободного ввода1
60.	Комплексы физических упражнений для утренней зарядки.	1			20 неделя	Поле для свободного ввода1
61.	Закреплять навык самостоятельного стояния и ходьбы. Разновидности ходьбы, ползание. ОРУ.	1			21 неделя	Поле для свободного ввода1
62.	Комплекс ОРУ с мячом. Разновидности ходьбы, ползания.	1			21	Поле для свободного ввода1

	Грудное дыхание.				неделя	
63.	Закреплять навык самостоятельного стояния и ходьбы. Разновидности ходьбы, ползание. ОРУ.	1			21 неделя	Поле для свободного ввода1
64.	Комплекс ОРУ с мячом. Разновидности ходьбы, ползания. Грудное дыхание.	1			22 неделя	Поле для свободного ввода1
65.	Комплекс ОРУ с мячом. Укрепление мышц рук, спины, брюшного пресса.	1			22 неделя	Поле для свободного ввода1
66.	Комплекс ОРУ с мячом. Укрепление мышц рук, спины, брюшного пресса.	1			22 неделя	Поле для свободного ввода1
67.	Развитие мелкой моторики. Упражнение “Катание колючего мячика” 1. Ведущей рукой:влево-вправо2. Слабой рукой :влево-вправо	1			23 неделя	Поле для свободного ввода1
68.	Развитие мелкой моторики. Упражнение “Катание колючего мячика” 1. Ведущей рукой:влево-вправо 2. Слабой рукой :влево-вправо	1			23 неделя	Поле для свободного ввода1

69.	Инструктаж по технике безопасности при занятиях физической культурой (адаптированная инструкция). Пальчиковая гимнастика.	1			23 неделя	https://resh.edu.ru/subject/9/
70.	Игры на развитие пространственной ориентации.	1			24 неделя	https://resh.edu.ru/subject/9/
71.	Игры на развитие зрительного и слухового восприятия. «На чем играл Зайка?»	1			24 неделя	https://resh.edu.ru/subject/9/
72.	Игры на развитие пространственной ориентации. «Спрячься»	1			24 неделя	https://resh.edu.ru/subject/9/
73.	Игры на развитие пространственной ориентации. «Карандаш»,	1			25 неделя	https://resh.edu.ru/subject/9/
74.	Упражнения для развития мелкой моторики рук с предметами. «Орех», «Бусинки-горошинки».	1			25 неделя	https://resh.edu.ru/subject/9/
75.	Игры на развитие пространственной ориентации. «Кто правильно назовет»	1			25 неделя	https://resh.edu.ru/subject/9/

76.	Игры на развитие зрительного и слухового восприятия. «Звени, колокольчик».	1			26 неделя	https://resh.edu.ru/subject/9/
77.	Подвижные игры под музыку «Пожалуйста».	1			26 неделя	https://resh.edu.ru/subject/9/
78.	Упражнения для развития мелкой моторики рук. «Зарядка для кисти рук».	1			26 неделя	https://resh.edu.ru/subject/9/
79.	Игры на развитие зрительного и слухового восприятия. «Говори или делай».	1			27 неделя	https://resh.edu.ru/subject/9/
80.	Упражнения для развития мелкой моторики рук. «Умелые ладошки».	1			27 неделя	https://resh.edu.ru/subject/9/
81.	Упражнения для развития мелкой моторики под музыку.	1			27 неделя	https://resh.edu.ru/subject/9/
82.	Упражнения для укрепления мышц спины, для профилактики нарушений осанки.	1			28 неделя	https://resh.edu.ru/subject/9/
83.	Комплекс дыхательной гимнастики.	1			28	https://resh.edu.ru/subject/9/

					неделя	
84.	Повторение. Упражнения для развития мелкой моторики рук.	1			28 неделя	https://resh.edu.ru/subject/9/
85.	Повторение. Упражнения для укрепления мышц спины, для профилактики нарушений осанки.	1			29 неделя	https://resh.edu.ru/subject/9/
86.	Упражнения артикуляционной гимнастики: для нижней челюсти (свободное открывание и закрывание рта, жевательные движения), для щек (одновременное надувание щек, втягивание щек в ротовую полость между зубами), для губ и языка («Улыбка»)	1			29 неделя	https://resh.edu.ru/subject/9/
87.	Упражнения артикуляционной гимнастики: для нижней челюсти (свободное открывание и закрывание рта, жевательные движения), для щек (одновременное надувание щек, втягивание щек в ротовую полость между зубами), для губ и языка «Заборчик».)	1			29 неделя	https://resh.edu.ru/subject/9/
88.	Упражнения артикуляционной гимнастики: для нижней челюсти	1			30	https://resh.edu.ru/subject/9/

	(свободное открывание и закрывание рта, жевательные движения), для щек (одновременное надувание щек, втягивание щек в ротовую полость между зубами), для губ и языка («Трубочка»).				неделя	
89.	Упражнения артикуляционной гимнастики: для нижней челюсти (свободное открывание и закрывание рта, жевательные движения), для щек (одновременное надувание щек, втягивание щек в ротовую полость между зубами), для губ и языка «Бублик»	1			30 неделя	https://resh.edu.ru/subject/9/
90.	Упражнения артикуляционной гимнастики: для нижней челюсти (свободное открывание и закрывание рта, жевательные движения), для щек (одновременное надувание щек, втягивание щек в ротовую полость между зубами), для губ и языка «Лопатка»).	1			30 неделя	https://resh.edu.ru/subject/9/
91.	Упражнения артикуляционной гимнастики: для нижней челюсти (свободное открывание и закрывание рта, жевательные	1			31 неделя	https://resh.edu.ru/subject/9/

	движения), для щек (одновременное надувание щек, втягивание щек в ротовую полость между зубами), для губ и языка («Качели»).					
92.	Упражнения артикуляционной гимнастики: для нижней челюсти (свободное открывание и закрывание рта, жевательные движения), для щек (одновременное надувание щек, втягивание щек в ротовую полость между зубами), для губ и языка («Горка»).	1			31 неделя	https://resh.edu.ru/subject/9/
93.	Зрительная гимнастика на укрепление глазодвигательных мышц: «Горизонтали», «Вертикали».	1			31 неделя	https://resh.edu.ru/subject/9/
94.	Зрительная гимнастика на укрепление глазодвигательных мышц: «Бег глазами», «Филин».	1			32 неделя	https://resh.edu.ru/subject/9/
95.	Зрительная гимнастика на укрепление глазодвигательных мышц: «Рисование носом», «Далеко — близко»	1			32 неделя	https://resh.edu.ru/subject/9/
96.	Зрительная гимнастика на укрепление глазодвигательных	1			32	https://resh.edu.ru/subject/9/

	мышц: «Горизонтали», «Вертикали», «Бег глазами», «Филин», «Рисование носом», «Далеко — близко»				неделя	
97.	Повторение. Физические упражнения как активный отдых. Игры на расслабление «Тишина».	1			33 неделя	https://resh.edu.ru/subject/9/
98.	Повторение. Физические упражнения как активный отдых. Игры на расслабление «Нос-пол- потолок».	1			33 неделя	https://resh.edu.ru/subject/9/
99.	Повторение. Физические упражнения как активный отдых. Игры на расслабление .	1			33 неделя	https://resh.edu.ru/subject/9/

Учебно-методический комплекс

1. А.П. Матвеев Физическая культура /Академический школьный учебник.,Просвещение., 2009
2. Физическая культура, 1-4кл Учебник общеобразовательных учреждений/ М., Просвещение.,2013г
3. Коновалова, Н. Г, Профилактика нарушения осанки у детей. Занятия коррегирующей гимнастикой в процессе познавательной, игровой, исследовательской, творческой деятельности / Н. Г. Коновалова. - Волгоград: Учитель, 2016. -90 с.
4. Потапчук А.А., Матвеев С.В., Дидур М.Д. Лечебная физическая культура в детском возрасте. – СПб,: Речь, 2007.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f412850>

УчиРУ <https://uchi.ru/teachers/lk>

Яндекс Учебник

ЯКласс