

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**


**Министерство образования Тульской области**

**Муниципальное образование город Ефремов**

**МКОУ "СШ №3"**


**РАСМОТРЕНО**

Руководитель ШМО

  
Михайлина С. В.  
Протокол № 1 от «26»  
августа 2024 г.


**СОГЛАСОВАНО**

заместителем  
директора по УВР

  
Михайлина С.В.  
Протокол №1 от «28»  
августа 2024 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор МКОУ "СШ  
№3"

  
Горелова Т.А.  
Приказ №106 от «30»  
августа 2024 г.



**Адаптивная физическая культура**

**для слабовидящих обучающихся**

**7 класса**

**Ефремов, 2024 г.**

## Пояснительная записка

Данная рабочая программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся для слепых и слабовидящих обучающихся, Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся для слепых и слабовидящих обучающихся

### Нормативно-правовой статус рабочей программы:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 24.11.2022 г. № 1025;
- ПРИКАЗ от 27 декабря 2023 г. N 1028 О ВНЕСЕНИИ ИЗМЕНЕНИЙ В НЕКОТОРЫЕ ПРИКАЗЫ МИНИСТЕРСТВА ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ И МИНИСТЕРСТВА ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ, КАСАЮЩИЕСЯ ФЕДЕРАЛЬНЫХ ГОСУДАРСТВЕННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ СТАНДАРТОВ ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ И СРЕДНЕГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 10.07.2015 № 26 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья" (СанПиН 2.4.2.3286-15).
- Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа начального общего образования (ПрАООП) на основе ФГОС для обучающихся с ОВЗ.

**Особенности контингента обучающихся.** Обучающиеся имеющие серьезные нарушения зрения , в связи с этим, адаптированная программа составлена с учетом индивидуальных особенностей детей.

### Общая характеристика учебного предмета

Для нормального физического развития, для укрепления здоровья, для приобретения жизненно важных знаний, умений, физических качеств в процессе двигательной деятельности (на занятиях по физкультуре) ребенок обогащает знания о физическом упражнении, о возможностях управления собственным телом, о роли движения в его жизни. Нормализация физического состояния - один из важнейших аспектов социализации ребенка. Физическая подготовленность, двигательный опыт, готовность к обучению, качественные и количественные характеристики двигательной деятельности учащихся чрезвычайно вариативны. В основу обучения положена система простейших физических упражнений, направленных на укрепление здоровья, выработку жизненно необходимых двигательных умений и навыков у учащихся. При обучении осуществляется индивидуальный подход к учащимся.

**Цель образовательно-коррекционной работы с учетом специфики учебного предмета** повышение двигательной активности детей и обучение использованию полученных навыков в повседневной жизни.

**Задачи:** 1) всестороннее гармоническое развитие и социализация учащихся;  
2) формирование необходимых в разнообразной двигательной деятельности знаний, умений, навыков и воспитание сознательного отношения к их использованию;  
3) совершенствование двигательных, интеллектуальных, волевых и эмоциональных навыков;  
4) воспитание нравственных качеств, приучение к дисциплинированности, организованности, ответственности, элементарной самостоятельности.

### **Описание места учебного предмета, курса в учебном плане**

Учебный план по предмету «Адаптивная физкультура» входит в обязательную часть учебного плана организации, в одну из пяти образовательных областей - «Физическая культура». Общий объём нагрузки и максимальный объём нагрузки обучающихся определён требованиями Стандарта.

В учебном плане предмет представлен с расчетом по 2 часа в неделю, 68 часов в год.

**Рабочая программа разработана на основе** Примерной Адаптированной Основной Общеобразовательной программы образования для слепых и слабовидящих обучающихся (ОДОБРЕНА решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 18 марта 2022 г. № 1/22).

**Формы организации учебного процесса:** основной формой организации учебного процесса является урок (фронтальные занятия с индивидуальным подходом)

### **Средства контроля.**

Промежуточная аттестация может проводиться как в устной форме, так и в виде практической работы.

### **Общие планируемые результаты освоения содержания курса**

Изучение предметной области "Физическая культура" должно обеспечить для слепых и слабовидящих обучающихся:

**формирование приемов осязательного и слухового самоконтроля в процессе формирования трудовых действий;**

**формирование представлений о современных бытовых тифлотехнических средствах, приборах и их применении в повседневной жизни.**

### *Восприятие и реагирование на базальные раздражители:*

- умение воспринимать тактильные, вестибулярные/кинестетические раздражители;
- умение воспринимать тело как единое целое (осознание границ тела через различные модальности), восприятие различных частей тела.

*Сохранение жизненно важных функций организма (дыхание, сердечно-сосудистая системы, подвижность в суставах и др.).*

### *Освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела:*

- контроль положения головы,
- контроль тела в положении лежа, сидя, стоя,
- освоение (полное, частичное) двигательных переходов в горизонтальной, вертикальной плоскости,
- передвижение (перемещение) в пространстве

*Освоение новых двигательных навыков, координации движений.*

### *Демонстрация физических качеств:*

- силовые способности, выносливость, гибкость;
- способность к статическому и динамическому равновесию;
- способность ориентироваться в пространстве;
- умение демонстрировать знакомые действия в незнакомой обстановке, при усложненных условиях выполнения.

### *Мелкая и общая моторика:*

- умение подстраивать кисть под форму предмета;
- умение обследовать предметы с помощью рук с различной помощью взрослого;
- освоение функциональных действий руками (удерживать, отпускать, брать, отталкивать, тянуть предметы, опираться, использовать различные захваты, выполнять действие одной/двумя руками и т.д.).
- самостоятельность в освоении и совершенствовании двигательных умений.

## **Минимальный уровень**

### *Освоение знаний в области адаптивной физической культуры:*

- выполнение правил поведения на уроках адаптивной физической культуры;
- знание последовательности действий и упражнений, выполняемых на уроке;
- умения правильно пользоваться спортивным инвентарем;
- осознание своих физических возможностей и ограничений.

### *Освоение основных положений и движений:*

- умение принимать основные исходные положения: лежа, сидя, стоя; умения выполнять действия по показу, при помощи пиктограмм, по словесной инструкции;

- умение принимать основные положения и движения головы, конечностей и туловища (основная стойка, стойка – ноги на ширине плеч, положение рук вниз, в стороны, вперед, на пояс, за голову, за спину, выполняет действие по показу, по пиктограмме, по словесной инструкции);
- умение выполнять по показу, при помощи пиктограмм, по словесной инструкции общеразвивающие упражнения в различных исходных положениях: без предметов, с предметами (гимнастическая палка, средний мяч) на месте, в движении.

*Виды передвижения:*

- ползание и лазание;
- ходьба;
- бег;
- прыжки

*Изменение положения в пространстве:* построение и перестроение.

*Действия с мячом:* бросание, ловля, метание мяча.

### **Достаточный уровень**

*Восприятие собственного тела, осознание своих физических возможностей и ограничений.*

- Освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей.
- Совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости.
- Умение радоваться успехам: выше прыгнул, быстрее пробежал и др.

*Соотнесение самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью.*

- Умение определять свое самочувствие в связи с физической нагрузкой: усталость, болевые ощущения, др.

*Освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности: ходьба на лыжах, спортивные игры.*

- Интерес к определенным видам физкультурно-спортивной деятельности: ходьба на лыжах, плавание, спортивные и подвижные игры, физическая подготовка.
- Умение кататься на санках, ходить на лыжах, плавать, играть в подвижные игры и др.

Планируемые требования к уровню подготовки учащихся.

Освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять, передвигаться с помощью учителя.

Освоение двигательных навыков, последовательности движений с помощью учителя, развитие координации. Умение определять свое самочувствие в связи с физической нагрузкой: усталость, болевые ощущения, др. с помощью учителя.

Интерес к определенным видам физкультурно-спортивной деятельности: подвижные игры, физическая подготовка с помощью учителя.

Играть в подвижные игры и др. с помощью учителя.

Освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять, передвигаться с помощью учителя.

Освоение двигательных навыков, последовательности движений с помощью учителя, развитие координации

Совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости с помощью учителя.

Умение радоваться успехам: выше прыгнул, быстрее пробежал и др. с помощью учителя.

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

**Ознакомительно-ориентировочные действия в предметно развивающей среде.** Знакомство учащихся с оборудованием и материалами для уроков физкультуры. Совместный с учащимися выбор наиболее интересного спортивного оборудования (мячи, кегли, сенсорная дорожка, велотренажер). Совместные с каждым учащимся игры с мячом.

Знакомство учащихся с физкультурным залом. Совместное с учителем рассматривание оборудования физкультурного зала. Организация учителем взаимодействия учащихся с оборудованием для физкультурных занятий (индивидуально с каждым). Демонстрация того, что можно делать с физкультурными снарядами (прокатывание и бросание мяча, подъем на лестницу).

Организация пассивного участия учащихся в спортивных праздниках и рекреационных играх старших школьников, а также активное участие в простых подвижных играх вместе с учащимися старшего возраста (при наличии желания у детей).

### ***Общеразвивающие и корригирующие упражнения.***

Дыхательные упражнения: произвольный вдох (выдох) через рот (нос), произвольный вдох через нос (рот), выдох через рот (нос). Одновременное (поочередное) сгибание (разгибание) пальцев. Противопоставление первого пальца остальным на одной руке (одновременно двумя руками), пальцы одной руки пальцам другой руки поочередно (одновременно). Сгибание пальцев в кулак на одной руке с одновременным разгибанием на другой руке. Круговые движения кистью. Сгибание фаланг пальцев. Одновременные (поочередные) движения руками в исходных положениях «стоя», «сидя», «лежа» (на боку, на спине, на животе): вперед, назад, в стороны, вверх, вниз, круговые движения. Круговые движения руками в исходном положении «руки к плечам». Движения плечами вперед (назад, вверх, вниз). Движения головой: наклоны вперед (назад, в стороны), повороты, круговые движения. Поднимание головы в положении «лежа на животе». Наклоны туловища вперед (в стороны, назад). Повороты туловища вправо (влево). Круговые движения прямыми руками вперед (назад). Наклоны туловища в сочетании с поворотами. Стояние на коленях.

### ***Построения и перестроения.***

Принятие исходного положения для построения и перестроения: основная стойка, стойка «ноги на ширине плеч» («ноги на ширине ступни»). Построение в колонну по одному, в одну шеренгу, перестроение из шеренги

в круг. Размыкание на вытянутые руки в стороны, на вытянутые руки вперед. Повороты на месте в разные стороны. Ходьба в колонне по одному, по двое.

### ***Подвижные игры.***

Соблюдение правил игры «Стоп, хоп, раз». Соблюдение правил игры «Болото». Соблюдение последовательности действий в игре-эстафете «Полоса препятствий»: бег по скамейке, прыжки через кирпичики, пролазание по туннелю, бег, передача эстафеты. Соблюдение правил игры «Пятнашки». Соблюдение правил игры «Рыбаки и рыбки». Соблюдение последовательности действий в игре-эстафете «Собери пирамидку»: бег к пирамидке, надевание кольца, бег в обратную сторону, передача эстафеты. Соблюдение правил игры «Бросай-ка». Соблюдение правил игры «Быстрые санки». Соблюдение последовательности действий в игре-эстафете «Строим дом».

### ***Ходьба и бег.***

#### ***Ходьба и упражнения в равновесии.***

Обучение учащихся в ходьбе стайкой за учителем, держась за руки: в заданном направлении (к игрушке), между предметами, по дорожке (ширина 20 см, длина 2-3 м).

Упражнения в ходьбе стайкой по направлению к учителю, вслед за ним, к игрушке, друг за другом в указанном направлении.

Упражнение в ходьбе в заданном направлении с игрушкой (погремушкой, ленточкой, прикрепленной к палочке и т. п.), по игровой дорожке.

Обучение учащихся ходьбе по кругу, взявшись за руки (хороводные игры).

Упражнения в перешагивании через незначительные препятствия, например, веревку, невысокие (5 см) предметы (с помощью учителя).

Формирование умений учащихся двигаться под музыку.

Ходьба с удержанием рук за спиной (на поясе, на голове, в стороны).

Движения руками при ходьбе: взмахи, вращения, отведение рук назад, в стороны, подъем вверх. Ходьба ровным шагом, на носках, пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, приседе. Ходьба в умеренном (медленном, быстром) темпе. Ходьба с изменением темпа, направления движения. Бег в умеренном (медленном, быстром) темпе. Бег с изменением темпа и направления движения. Преодоление препятствий при ходьбе (беге). Бег с высоким подниманием бедра (захлестыванием голени, приставным шагом).

Ходьба с высоким подниманием колен. Хлопки в ладони под поднятой прямой ногой. Движения стопами: поднимание, опускание, наклоны, круговые движения. Приседание. Ползание на четвереньках. Поочередные (одновременные) движения ногами: поднимание (отведение) прямых (согнутых) ног, круговые движения. Переход из положения «лежа» в положение «сидя» (из положения «сидя» в положение «лежа»). Ходьба по доске, лежащей на полу. Ходьба по гимнастической скамейке: широкой (узкой) поверхности гимнастической скамейки, ровной (наклонной) поверхности гимнастической скамейки, движущейся поверхности, с предметами (препятствиями).

### ***Прыжки.***

Прыжки на двух ногах на месте (с поворотами, с движениями рук), с продвижением вперед (назад, вправо, влево). Прыжки на одной ноге на месте, с продвижением вперед (назад, вправо, влево)). Перепрыгивание с одной ноги на другую на месте, с продвижением вперед. Прыжки в длину с места, с разбега. Прыжки в высоту, глубину.

### ***Ползание, подлезание, перелезание.***

Ползание на животе, на четвереньках. вправо (влево),.. Перелезание через препятствия.

### ***Броски, ловля, метание, передача предметов и перенос груза.***

Передача предметов в шеренге (по кругу, в колонне). Броски среднего (маленького) мяча двумя руками вверх (о пол, о стенку). Ловля среднего (маленького) мяча одной (двумя) руками. Бросание мяча на дальность. Сбивание предметов большим (малым) мячом. Броски (ловля) мяча в ходьбе (беге). Метание в цель (на дальность). Перенос груза.

### **Коррекционная направленность предмета:**

Предмет адаптивная физическая культура направлен на развитие и коррекцию физических, сенсорных и психических нарушений. Развитие и коррекцию основных локомоций (ходьба, бег, прыжки, лазание, метание), координационных способностей, равновесия, ритма и темпа движений. Профилактику и коррекцию вторичных нарушений, опорно-двигательного аппарата, плоскостопия, сердечно-сосудистых заболеваний, укрепление организма.

Предмет адаптивная физическая культура решает следующие коррекционные задачи:

*Коррекция основных видов движений в ходьбе, беге, метании, прыжках, лазании:*

- Согласованности движений отдельных звеньев тела (рук, ног, туловища, головы);
- Согласованности выполнения симметричных и асимметричных движений;
- Согласованности движений и дыхания;
- Формирование движений за счет сохраненных функций.

*Коррекция и развитие координационных способностей:*

- Компенсация утраченных или нарушенных двигательных функций;
- Дифференцировки усилий, времени и пространства;
- Расслабления;
- Быстроты реагирования на изменяющиеся условия;
- Статического и динамического равновесия;
- Ритмичности движений;
- Точности мелких движений кисти и пальцев.

*Коррекция и развитие физической подготовленности:*

- Развитие мышечной силы, элементарных форм скоростных способностей, ловкости, выносливости, подвижности в суставах.

*Коррекция и профилактика соматических нарушений:*

- Формирование и коррекция осанки:



- Профилактика и коррекция плоскостопия;
- Коррекция массы тела;
- Коррекция речевого дыхания;
- Коррекция расслабления.

*Коррекция и развитие психических и сенсорно-перцептивных способностей:*

- Развитие зрительно-предметного, зрительно-пространственного и слухового восприятия;
- Дифференцировка зрительных и слуховых сигналов по силе, расстоянию, направлению;
- Развитие зрительной и слуховой памяти;
- Развитие зрительного и слухового внимания;
- Дифференцировка зрительных, слуховых, тактильных ощущений;
- Развитие воображения;
- Коррекция и развитие эмоционально-волевой сферы.

**Материально-техническое оснащение** учебного предмета предусматривает как обычное для спортивных залов школ оборудование и инвентарь, так и специальное адаптированное оборудование, для детей с различными нарушениями развития, включая тренажеры, инвентарь для подвижных и спортивных игр и др. Материально-техническое оснащение учебного предмета «Адаптивная физкультура» включает: дидактический материал: изображения (картинки, фото, пиктограммы) спортивного инвентаря; альбомы с демонстрационным материалом в соответствии с темами занятий; спортивный инвентарь: маты, батуты, гимнастические мячи разного диаметра, гимнастические скамейки, гимнастические лестницы, обручи, кегли, мягкие модули различных форм, гимнастические коврики, корзины, футбольные, баскетбольные мячи.

**Критерии оценивания:** Оценивание знаний учащихся происходит условно, с учетом нозологии и индивидуальных особенностей детей.

7 класс

**Календарно- тематическое планирование.**

П/П	Тема урока.	Кол-во часов.	Формы контроля.	Тип урока	Коррек. работа
1	Техника безопасности на занятиях.	1	индивидуальный групповой	Вводный урок	
2	Дыхательные упражнения	1	индивидуальный	Изучение нового материала	Коррекция и развитие координационных способностей; коррекция и развитие физической подготовленности;
3	Дыхательные упражнения.	1	индивидуальный	Изучение нового материала	развитие двигательных (кондиционных координационных)

					способностей
4	Упражнения на расслабление.	1	индивидуальный	Изучение нового материала	развитие двигательных (кондиционных координационных) способностей
5	Упражнения на расслабление.	1	индивидуальный	комплексный	развитие двигательных (кондиционных координационных) способностей
6	Сгибание и разгибание предплечий и кистей рук. Зрительная гимнастика.	1	индивидуальный	комплексный	развитие двигательных (кондиционных координационных) способностей
7	Упражнения для развития пространственной ориентировки и точности движений.	1	индивидуальный	Изучение нового материала .	развитие двигательных (кондиционных координационных) способностей
8	Игры с элементами общеразвивающих упражнений. Игра «Слепая лиса».	1	индивидуальный	комплексный	развитие двигательных (кондиционных координационных) способностей
9	Тренировка дыхания с произнесением звуков на выдохе с имитационными движениями.	1	индивидуальный	Совершенствование изученного материала.	развитие двигательных (кондиционных координационных) способностей
10	Сгибание и разгибание предплечий и кистей рук.		индивидуальный	комплексный	развитие двигательных (кондиционных координационных) способностей
11	Выделение пальцев рук.	1	индивидуальный	комплексный	развитие двигательных (кондиционных координационных) способностей
12	Игра на развитие силы «Зайцы и моржи».	1	групповой	Смешанный урок	развитие познавательной деятельности; формирование личности ребенка; укрепление здоровья; содействие гармоническому физическому развитию
13	Передача мяча в	1	групповой	Изучение нового	Развитие

	парах. Зрительная гимнастика.			материала	двигательных (кондиционных координационных) способностей;
14	Метание малого мяча правой и левой рукой вдаль, в цель.	1	индивидуальный	Изучение нового материала	развитие познавательной деятельности; формирование личности ребенка; укрепление здоровья
15	Игры с элементами метания предметов «Подвижная цель», «Точно в цель».	1	индивидуальный	Смешанный урок	развитие познавательной деятельности; формирование личности ребенка; укрепление здоровья
16	Упражнения для формирования правильной осанки.	1	индивидуальный	комплексный	развитие познавательной деятельности; формирование личности ребенка; укрепление здоровья
17	Упражнения по удерживанию головы в поворотах.	1	индивидуальный	комплексный	развитие познавательной деятельности; формирование личности ребенка; укрепление здоровья
18	Коррекционно-развивающие игры на развитие внимания "Запрещенное движение".	1	индивидуальный	Смешанный урок	Профилактика, коррекция и развитие психических сенсорно-перцептивных способностей; развитие познавательной деятельности
19	Плавные помахивания руками, отведенными в стороны. Игра «Ветерок».	1	групповой	комплексный	развитие двигательных (кондиционных координационных) способностей
20	Основные положения и движения головы, рук, ног, туловища	1	индивидуальный	комплексный	Коррекция и развитие координационных способностей
21	Движения прямыми руками с перекрестной координацией. Игра «Светофор».	1	индивидуальный	комплексный	развитие познавательной деятельности; формирование личности ребенка; укрепление здоровья
22	Упражнения для формирования равновесия.	1	индивидуальный	Изучение нового материала	развитие двигательных (кондиционных

					координационных) способностей
23	Простейшие сочетания изученных движений.	1	индивидуальный	Совершенствование нового материала.	Коррекция и развитие координационных способностей; коррекция и развитие физической подготовленности
24	Упражнения для формирования правильной осанки.	1	индивидуальный	комплексный	развитие познавательной деятельности; формирование личности ребенка укрепление здоровья
25	Упражнения для расслабления мышц.		индивидуальный	комплексный	развитие познавательной деятельности; формирование личности ребенка укрепление здоровья
26	Упражнения с обручем, гимнастической палкой.	1	индивидуальный	Изучение нового материала	Профилактика, коррекция и развитие психических сенсорно-перцептивных способностей
27	Передача мяча в парах. Игра «День и ночь»	1	групповой	комплексный	развитие двигательных (кондиционных координационных) способностей
28	Метания, передача предметов и переноска грузов.	1	индивидуальный	Изучение нового материала	Коррекция и развитие координационных способностей
29	Метания, передача предметов	1	индивидуальный	комплексный	Коррекция и развитие координационных способностей
30	Коррекционно-развивающие игры на развитие ловкости «Гонка мячей».	1	групповой	комплексный	Коррекция и развитие координационных способностей
31	Упражнения для расслабления мышц. Игра «Дождик капает».	1	индивидуальный	комплексный	Коррекция и развитие координационных способностей
32	Упражнения на расслабление	1	индивидуальный	комплексный	
33	Зрительная гимнастика.	1	индивидуальный	Изучение нового материала	Коррекция и развитие координационных способностей
34	Брюшное и грудное дыхание	1	индивидуальный	комплексный	Приобретение

					необходимых знаний в области физической культуры и спорта укрепление здоровья
35	Упражнения на координацию движений	1	индивидуальный	комплексный	Коррекция и развитие координационных способностей
36	Игры с элементами бросков: «Удочка».	1	групповой	комплексный	Коррекция и развитие координационных способностей
37	Игры на развитие гибкости. Игра «Змейка».	1		Смешанный урок	укрепление здоровья
38	Упражнения на развитие координаций движений	1	индивидуальный	комплексный	Коррекция и развитие координационных способностей
39	Упражнения на укрепления мышечного корсета позвоночника	1	индивидуальный	Изучение нового материала	укрепление здоровья
40	Упражнения на равновесия	1	индивидуальный	комплексный	Коррекция и развитие координационных способностей
41	Упражнения с мячом	1	индивидуальный	комплексный	
42	Упражнения для глаз	1	индивидуальный	комплексный	укрепление здоровья
43	Упражнения для глаз	1	индивидуальный	Закрепление	развитие двигательных (кондиционных координационных) способностей
44	Пальчиковая гимнастика	1	индивидуальный	комплексный	Коррекция и развитие координационных способностей
45	Упражнения для глаз	1	индивидуальный	комплексный	укрепление здоровья
46	Упражнения с мячом	1	индивидуальный	комплексный	
47	Упражнения на укрепления мышечного корсета позвоночника	1	индивидуальный	комплексный	Коррекция и развитие координационных способностей
48	Упражнения для рук	1	индивидуальный	комплексный	развитие двигательных (кондиционных координационных) способностей
49	Упражнения для глаз	1	индивидуальный	комплексный	
50	Упражнения для развития мышц коленного сустава	1		комплексный	Коррекция и развитие координационных способностей
51	Упражнения для глаз	1	индивидуальный	комплексный	
52	Упражнения на укрепления мышечного корсета	1	индивидуальный	Совершенствование изученного материала	Коррекция и развитие координационных способностей

	позвоночника				
53	Упражнения для глаз	1	индивидуальный	комплексный	
54	Упражнения с мячом	1	индивидуальный	комплексный	Коррекция и развитие координационных способностей
55	Упражнения на расслабления	1	индивидуальный	комплексный	
56	Упражнения для глаз	1	индивидуальный	комплексный	Коррекция и развитие координационных способностей
57	Упражнения на расслабления	1	индивидуальный	Совершенствование изученного материала	развитие двигательных (кондиционных координационных) способностей
58	Упражнения на укрепления мышечного корсета позвоночника	1	групповой	Закрепление	Коррекция и развитие координационных способностей
59	Игры на внимание	1	групповой	комплексный	Коррекция и развитие координационных способностей
60-61	Игры на ориентировку в пространстве	2	групповой	комплексный	Коррекция и развитие координационных способностей
62	Игры малой подвижности	1	групповой	комплексный	развитие двигательных (кондиционных координационных) способностей
63	Игры малой подвижности	1	групповой	комплексный	Коррекция и развитие координационных способностей
64	Подвижные игры	1	групповой	Изучение нового материала	развитие двигательных (кондиционных координационных) способностей
65	Пальчиковая гимнастика	1	индивидуальный	комплексный	Коррекция и развитие координационных способностей
66	Упражнения для рук	1	индивидуальный	комплексный	Коррекция и развитие координационных способностей
67	Подвижные игры	1	групповой	комплексный	Коррекция и развитие координационных способностей
68	Обобщающий урок.	1	групповой	итоговый урок.	Подведение итогов

## **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

### **ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИК**

-Физическая культура А.П. Матвеев, учебник 6-7 кл; 13 издание АО Издательство М : Просвещение, 2023.

-Физическая культура Веленский М.Я., Туревский И.М., Торочкова Т.Ю. учебник 5-7 кл; 2021.

### **МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

-Физическая культура А.П. Матвеев, учебник 6-7 кл; 13 издание АО Издательство М : Просвещение, 2023.

-Физическая культура Веленский М.Я., Туревский И.М., Торочкова Т.Ю. учебник 5-7 кл; 2021.

## **ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ**

### **ИНТЕРНЕТ**

<https://resh.edu.ru/>, <https://infourok.ru/>