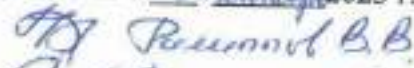



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Конарская средняя общеобразовательная школа» Цивильского муниципального округа Чувашской Республики

РАССМОТРЕНА ПРИНЯТА	И	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УВР  Л.Н.Никитина/ « 06 » 09 2023 г.	УТВЕРЖДЕНО Директор школы  Н.В. Ильина Приказ № <u>29</u> « 05 » сентября 2023 г.
------------------------	---	---	--

Рассмотрено и согласовано
с родителями « 06 » сентября 2023 г.

 Pashin V.V.
 Pashin O.K.

Рабочие программы по предметам
«Речь и альтернативная коммуникация»
и «Адаптированная физкультура»
(вариант 2 в соответствии с АООП обучающихся с у/о (интеллектуальными нарушениями)
на уровень основного общего образования

Составитель: Васильева Татьяна Михайловна,
учитель

Конар
2023-2024 уч.год

Рабочие программы составлены в соответствии с ФГОС О обучающихся с у/о (интеллектуальными нарушениями), адаптированной основной общеобразовательной программой обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и НОДА.

Предметная область "Язык и речевая практика"

1. Предмет " Речь и альтернативная коммуникация "

Личностные результаты

- 1) Формирование основ персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определенному полу, осознание как гражданина России;
- 2) Формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир в его органичном единстве, разнообразии природной, социальной частей
Формирование уважительного отношения к иному мнению;
- 3) Владение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 4) Освоение доступных социальных ролей (обучающегося, сына/дочери, пассажира, покупателя и т. д.); развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- 5) Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах;
- 6) Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 7) Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- 8) Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- 9) Формирование установки на безопасный здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Предметные результаты:

- 1) Развитие речи как средства общения в контексте познания окружающего мира и личного опыта обучающегося.
- 2) Владение доступными средствами коммуникации и общения - вербальными и невербальными.
- 3) Умение пользоваться доступными средствами коммуникации в практике экспрессивной и импрессивной речи для решения соответствующих возрасту житейских задач.
- 4) Глобальное чтение в доступных ребенку пределах, понимание смысла узнаваемого слова.
- 5) Развитие предпосылок к осмысленному чтению и письму, обучение чтению и письму.

АООП УО (вариант 1) определяет два уровня овладения предметными результатами: минимальный и достаточный.

Минимальный уровень является обязательным для большинства обучающихся с умственной отсталостью. Вместе с тем, отсутствие достижения этого уровня отдельными обучающимися по отдельным предметам не является препятствием к получению ими образования по этому варианту программы. В том случае, если обучающийся не достигает минимального уровня овладения предметными результатами по всем или большинству учебных предметов, то по рекомендации психолого-медико-педагогической комиссии и с согласия родителей (законных представителей) образовательная организация может перевести обучающегося на обучение по индивидуальному плану или на АООП (вариант 2).

9.4.1. Минимальный уровень:

различение гласных и согласных звуков и букв; ударных и безударных согласных звуков; оппозиционных согласных по звонкости-глухости, твердости-мягкости;

- деление слов на слоги для переноса;
- списывание по слогам и целыми словами с рукописного и печатного текста с орфографическим проговариванием;
- запись под диктовку слов и коротких предложений (2-4 слова) с изученными орфограммами;
- обозначение мягкости и твердости согласных звуков на письме гласными буквами и буквой "ь" (после предварительной отработки);
- дифференциация и подбор слов, обозначающих предметы, действия, признаки;
- составление предложений, восстановление в них нарушенного порядка слов с ориентацией на серию сюжетных картинок;
- выделение из текста предложений на заданную тему;
- участие в обсуждении темы текста и выбора заголовка к нему;
- осознанное и правильное чтение текста вслух по слогам и целыми словами;
- пересказ содержания прочитанного текста по вопросам;
- участие в коллективной работе по оценке поступков героев и событий;
- выразительное чтение наизусть 5-7 коротких стихотворений;
- формулировка просьб и желаний с использованием этикетных слов и выражений;
- участие в ролевых играх в соответствии с речевыми возможностями;
- восприятие на слух сказок и рассказов; ответы на вопросы педагогического работника по их содержанию с опорой на иллюстративный материал;
- выразительное произнесение чистоговорок, коротких стихотворений с опорой на образец чтения педагогического работника;
- участие в беседах на темы, близкие личному опыту обучающегося;
- ответы на вопросы педагогического работника по содержанию прослушанных и (или) просмотренных радио- и телепередач.

Содержание курса

Разделы: 1. Повторение (5ч.)

2. Чтение и письмо (41 ч.)

3. Развитие речи средствами вербальной и невербальной коммуникации (экспрессивная речь) (19 ч.)

4. Развитие речи средствами вербальной и невербальной коммуникации (импрессивная речь) (3 ч.)

Содержание курса

№	Наименование раздела	Тема урока
1	1. Повторение (5 ч.)	Удержание кисти и карандаша.
2		Раскрашивание, штриховка, обводка по трафаретам, по опорным точкам изображения различной величины.
3		Обводка по опорным точкам изображения различной величины.
4		Повторение изученных букв.(а,у,м,о,х,с) Чтение слогов, слов с изученными буквами.
5		Повторение изученных букв. (и,ы,л,в,и,ш) Чтение слогов, слов с изученными буквами.
6	2. Чтение и письмо (41 ч.)	Звук и буква п. Письмо буквы п.
7		Звук и буква п. Письмо буквы п.
8		Звук и буква т. Письмо буквы т
9		Звук и буква т. Письмо буквы т

10		Звук и буква к. Письмо буквы к
11		Звук и буква к. Письмо буквы к
12		Звук и буква з. Письмо буквы з
13		Звук и буква з. Письмо буквы з
14		Звук и буква р. Письмо буквы р
15		Звук и буква р. Письмо буквы р
16		Звук и буква й. Письмо буквы й
17		Звук и буква й. Письмо буквы й
18		Звук и буква ж. Письмо буквы ж
19		Звук и буква ж. Письмо буквы ж
20		Звук и буква б. Письмо буквы б
21		Звук и буква б. Письмо буквы б
22		Звук и буква д. Письмо буквы д
23		Звук и буква д. Письмо буквы д
24		Звук и буква г. Письмо буквы г
25		Звук и буква г. Письмо буквы г
26		Чтение слов с ь. Выделение мягких звуков
27		Звук и буква е. Письмо буквы е
28		Составление и чтение слогов, слов с буквой е. Письмо буквы е.
29		Звук и буква я. Чтение и письмо буквы я.
30		Звук и буква я. Чтение и письмо буквы я.
31		Составление и чтение слогов, слов с буквой я.
32		Звук и буква ю. Письмо буквы ю.
33		Звук и буква ю. Письмо буквы ю.
34		Составление и чтение слогов слов с буквой ю. Письмо буквы ю.
35		Составление и чтение слогов слов с буквой ю. Письмо буквы ю.
36		Звук и буква ё. Письмо буквы ё.
37		Звук и буква ё. Письмо буквы ё.
38		Составление и чтение слов со звуком [ё].
39		Звук и буква ч. Письмо буквы ч.
40		Составление и чтение слогов, слов с буквой ч.
41		Звук и буква ф. Письмо буквы ф.
42		Составление и чтение слогов, слов с буквой ф.
43		Звук и буква ц. Письмо буквы ц.
44		Звук и буква э. Чтение и письмо буквы э.
45		Звук и буква щ. Чтение и письмо буквы щ.
46		Буква ь. Письмо буквы ь.
47	3. Развитие речи средствами вербальной и невербальной коммуникации	Дифференциация и подбор слов, обозначающих предметы, действия, признаки;

	(экспрессивная речь) (19 ч.)	
48		Дифференциация и подбор слов, обозначающих предметы, действия, признаки
49		Обсуждение темы текста и выбора заголовка к нему
50		Обсуждение темы текста и выбора заголовка к нему
51		Пересказ содержания прочитанного текста по вопросам
52		Пересказ содержания прочитанного текста по вопросам
53		Оценка поступков героев и событий в тексте
54		Оценка поступков героев и событий
55		Ролевая игра «В магазине»
56		Ролевая игра «В зоопарке»
57		Ролевая игра «В лесу»
58		Слушание сказок и рассказов русских писателей. Ответы на вопросы по содержанию с опорой на иллюстративный материал
59		Слушание сказок и рассказов русских писателей. Ответы на вопросы по содержанию с опорой на иллюстративный материал
60		Слушание сказок и рассказов русских писателей. Ответы на вопросы по содержанию с опорой на иллюстративный материал
61		Выразительное произнесение чистоговорок, коротких стихотворений с опорой на образец чтения педагогического работника;
62		Выразительное произнесение чистоговорок, коротких стихотворений с опорой на образец чтения педагогического работника;
63		Выразительное произнесение чистоговорок, коротких стихотворений с опорой на образец чтения педагогического работника;
64		Беседа на тему «Мои любимые кошки»
65		Беседа на тему «Мои любимые кошки»
66	4. Развитие речи средствами вербальной и невербальной коммуникации (импрессивная речь) (3 ч.)	Понимание содержания текста.
67		Понимание содержания текста.
68		Понимание содержания текста.

Тематическое планирование

№	Наименование	Тема урока	Количество	Электронные
---	--------------	------------	------------	-------------

	раздела		во часов	образовательные ресурсы
1	1. Повторение (5 ч.)	Удержание кисти и карандаша.	1	https://resh.edu.ru/subject/
2		Раскрашивание, штриховка, обводка по трафаретам, по опорным точкам изображения различной величины.	1	https://resh.edu.ru/subject/
3		Обводка по опорным точкам изображения различной величины.	1	https://resh.edu.ru/subject/
4		Повторение изученных букв.(а,у,м,о,х,с) Чтение слогов, слов с изученными буквами.	1	https://resh.edu.ru/subject/
5		Повторение изученных букв. (н,ы,л,д,и,ш) Чтение слогов, слов с изученными буквами.	1	https://resh.edu.ru/subject/
6	2. Чтение и письмо (41 ч.)	Звук и буква п. Письмо буквы п.	1	https://resh.edu.ru/subject/
7		Звук и буква п. Письмо буквы п.	1	https://resh.edu.ru/subject/
8		Звук и буква т. Письмо буквы т	1	https://resh.edu.ru/subject/
9		Звук и буква т. Письмо буквы т	1	https://resh.edu.ru/subject/
10		Звук и буква к. Письмо буквы к	1	https://resh.edu.ru/subject/
11		Звук и буква к. Письмо буквы к	1	https://resh.edu.ru/subject/
12		Звук и буква з. Письмо буквы з	1	https://resh.edu.ru/subject/
13		Звук и буква з. Письмо буквы з	1	https://resh.edu.ru/subject/
14		Звук и буква р. Письмо буквы р	1	https://resh.edu.ru/subject/
15		Звук и буква р. Письмо буквы р	1	https://resh.edu.ru/subject/
16		Звук и буква й. Письмо буквы й	1	https://resh.edu.ru/subject/
17		Звук и буква й. Письмо буквы й	1	https://resh.edu.ru/subject/
18		Звук и буква ж. Письмо буквы ж	1	https://resh.edu.ru/subject/
19		Звук и буква ж. Письмо буквы ж	1	https://resh.edu.ru/subject/
20		Звук и буква б. Письмо буквы б	1	https://resh.edu.ru/subject/
21		Звук и буква б. Письмо буквы б	1	https://resh.edu.ru/subject/
22		Звук и буква д. Письмо буквы д	1	https://resh.edu.ru/subject/
23		Звук и буква д. Письмо буквы д	1	https://resh.edu.ru/subject/
24		Звук и буква г. Письмо буквы г	1	https://resh.edu.ru/subject/
25		Звук и буква г. Письмо буквы г	1	https://resh.edu.ru/subject/
26		Чтение слов с ь. Выделение мягких звуков	1	https://resh.edu.ru/subject/
27		Звук и буква е. Письмо буквы е	1	https://resh.edu.ru/subject/
28		Составление и чтение слогов, слов с буквой е. Письмо буквы е.	1	https://resh.edu.ru/subject/
29		Звук и буква я. Чтение и письмо буквы я.	1	https://resh.edu.ru/subject/
30		Звук и буква я. Чтение и письмо буквы я.	1	https://resh.edu.ru/subject/

31		Составление и чтение слогов, слов с буквой я.	1	https://resh.edu.ru/subject/
32		Звук и буква ю. Письмо буквы ю.	1	https://resh.edu.ru/subject/
33		Звук и буква ю. Письмо буквы ю.	1	https://resh.edu.ru/subject/
34		Составление и чтение слогов слов с буквой ю. Письмо буквы ю.	1	https://resh.edu.ru/subject/
35		Составление и чтение слогов слов с буквой ю. Письмо буквы ю.	1	https://resh.edu.ru/subject/
36		Звук и буква ё. Письмо буквы ё.	1	https://resh.edu.ru/subject/
37		Звук и буква ё. Письмо буквы ё.	1	https://resh.edu.ru/subject/
38		Составление и чтение слов со звуком [ё].	1	https://resh.edu.ru/subject/
39		Звук и буква ч. Письмо буквы ч.	1	https://resh.edu.ru/subject/
40		Составление и чтение слогов, слов с буквой ч.	1	https://resh.edu.ru/subject/
41		Звук и буква ф. Письмо буквы ф.	1	https://resh.edu.ru/subject/
42		Составление и чтение слогов, слов с буквой ф.	1	https://resh.edu.ru/subject/
43		Звук и буква ц. Письмо буквы ц.	1	https://resh.edu.ru/subject/
44		Звук и буква э. Чтение и письмо буквы э.	1	https://resh.edu.ru/subject/
45		Звук и буква щ. Чтение и письмо буквы щ.	1	https://resh.edu.ru/subject/
46		Буква ь. Письмо буквы ь.	1	https://resh.edu.ru/subject/
47	3. Развитие речи средствами вербальной и невербальной коммуникации (экспрессивная речь) (19 ч.)	Дифференциация и подбор слов, обозначающих предметы, действия, признаки;	1	https://resh.edu.ru/subject/
48		Дифференциация и подбор слов, обозначающих предметы, действия, признаки	1	https://resh.edu.ru/subject/
49		Обсуждение темы текста и выбора заголовка к нему	1	https://resh.edu.ru/subject/
50		Обсуждение темы текста и выбора заголовка к нему	1	https://resh.edu.ru/subject/
51		Пересказ содержания прочитанного текста по вопросам	1	https://resh.edu.ru/subject/
52		Пересказ содержания прочитанного текста по вопросам	1	https://resh.edu.ru/subject/
53		Оценка поступков героев и	1	https://resh.edu.ru/subject/

		событий в тексте		
54		Оценка поступков героев и событий	1	https://resh.edu.ru/subject/
55		Рольевая игра «В магазине»	1	https://resh.edu.ru/subject/
56		Рольевая игра «В зоопарке»	1	https://resh.edu.ru/subject/
57		Рольевая игра «В лесу»	1	https://resh.edu.ru/subject/
58		Слушание сказок и рассказов русских писателей. Ответы на вопросы по содержанию с опорой на иллюстративный материал	1	https://resh.edu.ru/subject/
59		Слушание сказок и рассказов русских писателей. Ответы на вопросы по содержанию с опорой на иллюстративный материал	1	https://resh.edu.ru/subject/
60		Слушание сказок и рассказов русских писателей. Ответы на вопросы по содержанию с опорой на иллюстративный материал	1	https://resh.edu.ru/subject/
61		Выразительное произнесение чистоговорок, коротких стихотворений с опорой на образец чтения педагогического работника;	1	https://resh.edu.ru/subject/
62		Выразительное произнесение чистоговорок, коротких стихотворений с опорой на образец чтения педагогического работника;	1	https://resh.edu.ru/subject/
63		Выразительное произнесение чистоговорок, коротких стихотворений с опорой на образец чтения педагогического работника;	1	https://resh.edu.ru/subject/
64		Беседа на тему «Мои любимые кошки»	1	https://resh.edu.ru/subject/
65		Беседа на тему «Моя любимые кошки»	1	https://resh.edu.ru/subject/
66	4. Развитие речи средствами вербальной и невербальной коммуникации (импрессивная речь) (3 ч.)	Понимание содержания текста.	1	https://resh.edu.ru/subject/
67		Понимание содержания текста.	1	https://resh.edu.ru/subject/
68		Понимание содержания текста.	1	https://resh.edu.ru/subject/

Цель: формирование коммуникативных и речевых навыков с использованием средств вербальной и альтернативной коммуникации.

Задачи:

- формирование потребности в общении;
- развитие сохранных речевых механизмов;
- понимание обращенной речи и смысла доступных невербальных графических знаков (рисунков, фотографий, пиктограмм и других графических изображений), неспецифических жестов
- овладение умением вступать в контакт, поддерживать и завершать его, используя традиционные (вербальные) и альтернативные средства коммуникации, соблюдая общепринятые правила поведения;
- формирование умения пользоваться доступными средствами коммуникации в практике экспрессивной и импрессивной речи для решения соответствующих возрасту житейских задач;
- формирование умения использовать усвоенный словарный и фразовый материал в коммуникативных ситуациях;
- обучение глобальному чтению в доступных пределах.

Место предмета в учебном плане

На урок отводится 2 часа в неделю (68 часов в учебном году). Программа рассчитана на один учебный год.

Предполагаемые результаты на конец учебного года

Овладение доступными средствами коммуникации в общении – вербальными и невербальными. Понимать обращенную речь, понимать смысл доступных вербальных графических знаков (рисунков, фотографий и др.), неспецифических жестов. Умение пользоваться средствами альтернативной коммуникации (планшетом и др.), жестом, взглядом и др. Чтение в доступных ребенку пределах, понимание смысла читаемого слова.

Предметная область "Физическая культура".

2. Предмет "Адаптивная физкультура".

Предметные результаты:

1) Восприятие собственного тела, осознание своих физических возможностей и ограничений:

освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять, передвигаться;

освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей;

совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости; умение радоваться успехам: выше прыгнул, быстрее пробежал.

2) Соотнесение самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью:

умение определять свое самочувствие в связи с физической нагрузкой: усталость, болевые ощущения.

3) Освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности: спортивные игры, езда на трехколесном велосипеде

интерес к определенным видам физкультурно-спортивной деятельности:

спортивные и подвижные игры

умение играть в подвижные игры.

Содержание курса

Разделы:

1. "Плавание". (6ч.)

2. "Коррекционные подвижные игры". (6ч.)

3. "Лыжная подготовка".(6 ч.)

4. "Туризм".(6ч.)

5. "Физическая подготовка". (10 ч.)

6. Велосипедная подготовка (34ч)

Цель:

повышение двигательной активности и обучение использованию полученных навыков в повседневной жизни.

Задачи:

- создание условий для формирования необходимых в разнообразной двигательной деятельности знаний, умений, навыков и воспитание со-знательного отношения к их использованию;
- создание условий для совершенствования двигательных, интеллектуальных, волевых и эмоциональных навыков;
- создание условий для воспитания нравственных качеств, приучения к дисциплинированности, организованности, ответственности, элементарной самостоятельности;
- укрепление и сохранение здоровья обучающихся, профилактика болезней и возникновения вторичных заболеваний.

Место предмета в учебном плане

На урок отводится два часа в неделю (68 часов в учебном году). Программа рассчитана на один учебный год.

Предполагаемые результаты на конец учебного года

1) Восприятие собственного тела, осознание своих физических возможностей и ограничений:

освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять, передвигаться (с использованием технических средств);

освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие

координационных способностей;

совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости; умение радоваться успехам: выше прыгнул, быстрее пробежал.

2) Соотнесение самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью:

умение определять свое самочувствие в связи с физической нагрузкой: усталость, болевые ощущения.

3) Освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности: езда на велосипеде, ходьба на лыжах, спортивные игры, туризм, плавание:

интерес к определенным видам физкультурно-спортивной деятельности: езда на велосипеде, ходьба на лыжах, плавание, спортивные и подвижные игры, туризм, физическая подготовка;

умение ездить на велосипеде, кататься на санках, ходить на лыжах, плавать, играть в подвижные игры.

Содержание курса

№ п/п	Наименование раздела	Тема урока
1	Плавание	Выполнение движений ногами, лежа на животе, на спине
2		Выполнение движений ногами, лежа на животе, на спине.
3		Выполнение движений руками, лежа на животе, на спине..
4		Выполнение движений руками, лежа на животе, на спине.
5		Сочетание движений ног с дыханием.
6		Сочетание движений ног с дыханием.
7	Коррекционные подвижные игры	Баскетбол. Узнавание баскетбольного мяча.
8		Передача баскетбольного мяча без отскока от пола
9		Ловля баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола отскоком от пола).
10		Волейбол. Узнавание волейбольного мяча.
11		Подача волейбольного мяча сверху (снизу).
12		Подача волейбольного мяча сверху (снизу).
13	Лыжная подготовка	Узнавание (различение) лыжного инвентаря (лыжи, палки, ботинки).
14		Транспортировка лыжного инвентаря.
15		Соблюдение последовательности действий при креплении ботинок к лыжам: удержание лыжи, поднесение носка лыжного ботинка к краю крепления, вставление носка лыжного ботинка в крепление, подъем пятки. Чистка лыж от снега.
16		Соблюдение последовательности действий при креплении ботинок к лыжам: удержание лыжи, поднесение носка лыжного

		ботинка к краю крепления, вставление носка лыжного ботинка в крепление, подъем пятки. Чистка лыж от снега.
17		Выполнение ступающего шага: шаговые движения на месте, продвижение вперед приставным шагом, продвижение в сторону приставным шагом
18		Выполнение ступающего шага: шаговые движения на месте, продвижение вперед приставным шагом, продвижение в сторону приставным шагом
19	Туризм	Узнавание (различение) предметов туристического инвентаря (рюкзак, спальный мешок, туристический коврик, палатка, котелок, тренога).
20		Узнавание (различение) предметов туристического инвентаря (рюкзак, спальный мешок, туристический коврик, палатка, котелок, тренога).
21		Соблюдение последовательности действий при складывании вещей в рюкзак (например, банка тушенки, обувь, одежда, набор походной посуды, средства личной гигиены).
22		Соблюдение последовательности действий при складывании вещей в рюкзак (например, банка тушенки, обувь, одежда, набор походной посуды, средства личной гигиены).
23		Соблюдение правил поведения в походе: нельзя отставать, убежать вперед, нельзя никуда уходить без разрешения взрослого, нельзя есть найденные в лесу грибы и ягоды без разрешения взрослого, нельзя бросать мусор в лесу, нельзя трогать лесных животных.
24		Соблюдение правил поведения в походе: нельзя отставать, убежать вперед, нельзя никуда уходить без разрешения взрослого, нельзя есть найденные в лесу грибы и ягоды без разрешения взрослого, нельзя бросать мусор в лесу, нельзя трогать лесных животных.
25	Физическая подготовка	Построения и перестроения.
26		Принятие исходного положения для построения и перестроения: основная стойка, стойка "ноги на ширине плеч" ("ноги на ширине ступни").
27		Размыкание на вытянутые руки в стороны, на вытянутые руки вперед.
28		Повороты на месте в разные стороны
29		Приседание. Ползание на четвереньках.
30		Броски среднего (маленького) мяча двумя руками вверх (о пол, о стенку)..
31		Броски среднего (маленького) мяча двумя руками вверх (о пол, о стенку)..
32		Броски среднего (маленького) мяча двумя руками вверх (о пол, о стенку)..
33		Ловля среднего (маленького) мяча одной (двумя) руками
34		Бросание мяча на дальность.
35	Велосипедная подготовка	<i>Узнавание (различение) составных частей трехколесного велосипеда</i>
36		Руль. Колесо. Педали.
37		Седло. Рама. Цепь.
38		<i>Соблюдение последовательности действий при посадке на</i>

	<i>трехколесный велосипед</i>
39	Перекидывание правой ноги через раму
40	Перекидывание правой ноги через раму
41	Постановка правой ноги на педаль
42	Постановка правой ноги на педаль
43	Посадка на седло
44	Посадка на седло
45	Постановка левой ноги на педаль
46	Постановка левой ноги на педаль
47	Управление трехколесным велосипедом без вращения педалей
48	Вращение педалей с фиксацией ног
49	Вращение педалей без фиксации ног
50	Торможение ручным (ножным) тормозом
51	Торможение ручным (ножным) тормозом
52	Езда на трехколесном велосипеде по прямой и с поворотом
53	Езда на трехколесном велосипеде по прямой и с поворотом
54	Езда на трехколесном велосипеде по прямой и с поворотом
55	Посадка на трехколесный велосипед
56	Посадка на трехколесный велосипед
57	Посадка на трехколесный велосипед
58	Начало движения, сидя на трехколесном велосипеде
59	Начало движения, сидя на трехколесном велосипеде
60	Езда на трехколесном велосипеде по прямой (на расстоянии 2 метра)
61	Езда на трехколесном велосипеде по прямой (на расстоянии 4 метра)
62	Езда на трехколесном велосипеде по прямой (на расстоянии 6 метров)
63	Езда на трехколесном велосипеде по прямой (на расстоянии 8 метров)
64	Езда на трехколесном велосипеде по прямой (на расстоянии 10 метров)
65	Езда на трехколесном велосипеде по прямой с поворотом
66	Езда на трехколесном велосипеде по прямой с поворотом
67	Торможение ручным (ножным) тормозом.
68	Торможение ручным (ножным) тормозом.

Тематическое планирование

№ п/п	Наименование раздела	Тема урока	Количество часов	Электронные образовательные ресурсы
1	Плавание	Выполнение движений ногами, лежа на животе, на спине	1	https://resh.edu.ru/subject/
2		Выполнение движений ногами, лежа на животе, на спине.	1	https://resh.edu.ru/subject/
3		Выполнение движений руками, лежа на животе, на спине..	1	https://resh.edu.ru/subject/
4		Выполнение движений руками, лежа на животе, на спине.	1	https://resh.edu.ru/subject/
5		Сочетание движений ног с дыханием.	1	https://resh.edu.ru/subject/
6		Сочетание движений ног с дыханием.	1	https://resh.edu.ru/subject/
7	Коррекционные подвижные игры	Баскетбол. Узнавание баскетбольного мяча.	1	https://resh.edu.ru/subject/
8		Передача баскетбольного мяча без отскока от пола	1	https://resh.edu.ru/subject/
9		Ловля баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола отскоком от пола).	1	https://resh.edu.ru/subject/
10		Волейбол. Узнавание волейбольного мяча.	1	https://resh.edu.ru/subject/
11		Поддача волейбольного мяча сверху (снизу).	1	https://resh.edu.ru/subject/
12		Поддача волейбольного мяча сверху (снизу).	1	https://resh.edu.ru/subject/
13	Лыжная подготовка	Узнавание (различение) лыжного инвентаря (лыжи, палки, ботинки).	1	https://resh.edu.ru/subject/
14		Транспортировка лыжного инвентаря.	1	https://resh.edu.ru/subject/
15		Соблюдение последовательности действий при креплении ботинок к лыжам: удержание лыжи, поднесение носка лыжного ботинка к краю крепления, вставление носка лыжного ботинка в крепление, подъем пятки. Чистка	1	https://resh.edu.ru/subject/

		лыж от снега.		
16		Соблюдение последовательности действий при креплении ботинок к лыжам: удержание лыжи, поднесение носка лыжного ботинка к краю крепления, вставление носка лыжного ботинка в крепление, подъем пятки. Чистка лыж от снега.	1	https://resh.edu.ru/subject/
17		Выполнение ступающего шага: шаговые движения на месте, продвижение вперед приставным шагом, продвижение в сторону приставным шагом	1	https://resh.edu.ru/subject/
18		Выполнение ступающего шага: шаговые движения на месте, продвижение вперед приставным шагом, продвижение в сторону приставным шагом	1	https://resh.edu.ru/subject/
19	Туризм	Узнавание (различение) предметов туристического инвентаря (рюкзак, спальный мешок, туристический коврик, палатка, котелок, тренога).	1	https://resh.edu.ru/subject/
20		Узнавание (различение) предметов туристического инвентаря (рюкзак, спальный мешок, туристический коврик, палатка, котелок, тренога).	1	https://resh.edu.ru/subject/
21		Соблюдение последовательности действий при складывании вещей в рюкзак (например, банка тушенки, обувь, одежда, набор походной посуды, средства личной гигиены).	1	https://resh.edu.ru/subject/
22		Соблюдение последовательности действий при складывании вещей в рюкзак (например, банка тушенки, обувь, одежда, набор походной посуды, средства личной гигиены).	1	https://resh.edu.ru/subject/
23		Соблюдение правил поведения в походе: нельзя отставать, убегать вперед, нельзя никуда уходить без разрешения взрослого, нельзя есть найденные в лесу грибы и ягоды без разрешения взрослого, нельзя бросать мусор в лесу, нельзя трогать лесных	1	https://resh.edu.ru/subject/

		животных.		
24		Соблюдение правил поведения в походе: нельзя отставать, убегать вперед, нельзя никуда уходить без разрешения взрослого, нельзя есть найденные в лесу грибы и ягоды без разрешения взрослого, нельзя бросать мусор в лесу, нельзя трогать лесных животных.	1	https://resh.edu.ru/subject/
25	Физическая подготовка	Построения и перестроения.		https://resh.edu.ru/subject/
26		Принятие исходного положения для построения и перестроения: основная стойка, стойка "ноги на ширине плеч" ("ноги на ширине ступни").	1	https://resh.edu.ru/subject/
27		Размыкание на вытянутые руки в стороны, на вытянутые руки вперед.	1	https://resh.edu.ru/subject/
28		Повороты на месте в разные стороны	1	https://resh.edu.ru/subject/
29		Приседание. Ползание на четвереньках.	1	https://resh.edu.ru/subject/
30		Броски среднего (маленького) мяча двумя руками вверх (о пол, о стенку)..	1	https://resh.edu.ru/subject/
31		Броски среднего (маленького) мяча двумя руками вверх (о пол, о стенку)..	1	https://resh.edu.ru/subject/
32		Броски среднего (маленького) мяча двумя руками вверх (о пол, о стенку)..	1	https://resh.edu.ru/subject/
33		Ловля среднего (маленького) мяча одной (двумя) руками	1	https://resh.edu.ru/subject/
34		Бросание мяча на дальность.	1	https://resh.edu.ru/subject/
35	Велосипедная подготовка	<i>Узнавание (различение) составных частей трехколесного велосипеда</i>	1	https://resh.edu.ru/subject/
36		Руль .Колесо . Педали.	1	https://resh.edu.ru/subject/
37		Седло. Рама. Цепь.	1	https://resh.edu.ru/subject/
38		<i>Соблюдение последовательности действий при посадке на трехколесный велосипед:</i>	1	https://resh.edu.ru/subject/
39		Перекидывание правой ноги через раму	1	https://resh.edu.ru/subject/
40		Перекидывание правой ноги через раму	1	

41	Постановка правой ноги на педаль	1	https://resh.edu.ru/subject/
42	Постановка правой ноги на педаль	1	https://resh.edu.ru/subject/
43	Посадка на седло	1	https://resh.edu.ru/subject/
44	Посадка на седло	1	https://resh.edu.ru/subject/
45	Постановка левой ноги на педаль	1	https://resh.edu.ru/subject/
46	Постановка левой ноги на педаль	1	https://resh.edu.ru/subject/
47	Управление трехколесным велосипедом без вращения педалей	1	https://resh.edu.ru/subject/
48	Вращение педалей с фиксацией ног	1	https://resh.edu.ru/subject/
49	Вращение педалей без фиксации ног	1	https://resh.edu.ru/subject/
50	Торможение ручным (ножным) тормозом	1	https://resh.edu.ru/subject/
51	Торможение ручным (ножным) тормозом	1	https://resh.edu.ru/subject/
52	Езда на трехколесном велосипеде по прямой и с поворотом	1	https://resh.edu.ru/subject/
53	Езда на трехколесном велосипеде по прямой и с поворотом	1	https://resh.edu.ru/subject/
54	Езда на трехколесном велосипеде по прямой и с поворотом	1	https://resh.edu.ru/subject/
55	Посадка на трехколесный велосипед	1	https://resh.edu.ru/subject/
56	Посадка на трехколесный велосипед	1	https://resh.edu.ru/subject/
57	Посадка на трехколесный велосипед	1	https://resh.edu.ru/subject/
58	Начало движения, сидя на трехколесном велосипеде	1	https://resh.edu.ru/subject/
59	Начало движения, сидя на трехколесном велосипеде	1	https://resh.edu.ru/subject/
60	Езда на трехколесном велосипеде по прямой (на расстояние 2 метра)	1	https://resh.edu.ru/subject/
61	Езда на трехколесном велосипеде по прямой (на расстояние 4 метра)	1	https://resh.edu.ru/subject/
62	Езда на трехколесном велосипеде по прямой (на расстояние 6 метров)	1	https://resh.edu.ru/subject/
63	Езда на трехколесном велосипеде по прямой (на расстояние 8 метров)	1	https://resh.edu.ru/subject/
64	Езда на трехколесном велосипеде по прямой (на расстояние 10 метров)	1	https://resh.edu.ru/subject/
65	Езда на трехколесном велосипеде по прямой с поворотом	1	https://resh.edu.ru/subject/
66	Езда на трехколесном велосипеде по	1	https://resh.edu.ru/subject/

		прямой с поворотом		bject/
67		Торможение ручным (ножным) тормозом.	1	https://resh.edu.ru/su bject/
68		Торможение ручным (ножным) тормозом.	1	https://resh.edu.ru/su bject/

Предметная область "Физическая культура".

3. Предмет "Адаптивная физкультура".

Предметные результаты:

1) Восприятие собственного тела, осознание своих физических возможностей и ограничений:

освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей;

совершенствование физических качеств: силы, выносливости;

умение радоваться успехам: получилось.

2) Соотнесение самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью:

умение определять свое самочувствие в связи с физической нагрузкой: усталость, болевые ощущения.

Содержание курса

1. Пассивные упражнения. Дыхательные упражнения (8 ч.)

2. Пассивно-активные упражнения. Дыхательные упражнения (6 ч.)

3. Дыхательные упражнения. Упражнения с гимнастической палкой (4ч.)

4. Упражнения на укрепление мышечного корсета (5 ч.)

5. Упражнения на растягивание мышц, пассивно, пассивно-активно (10 ч.)

№ п/п	Содержание
1	1. Пассивные упражнения. Дыхательные упражнения (8 ч.)
2	Пассивные упражнения. Дыхательные упражнения. Массаж паретичных конечностей. Положение рук: переплетенные пальцы, ладони вывернуты наружу. Упражнения для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогиба назад «Кораблик», «Мостик», «Лук», «Кобра».
3	Пассивные упражнения. Дыхательные упражнения. Массаж паретичных конечностей. Положение рук: вперед, вверх, на пояс. Упражнения для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед) «Колечко».
4	Пассивные упражнения. Дыхательные упражнения. Массаж паретичных конечностей. Упражнения для укрепления позвоночника путем поворота туловища и наклона его в сторону.
5	Пассивные упражнения. Дыхательные упражнения. Массаж паретичных конечностей. Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног («Велосипеды»).
6	Пассивные упражнения. Дыхательные упражнения. Массаж паретичных конечностей. Простейшие сочетания изученных упражнений. Упражнения для укрепления мышц плечевого пояса «Мельница».
7	Пассивные упражнения. Дыхательные упражнения. Массаж паретичных конечностей. Разминка всех групп мышц без предметов Упражнения для развития стоп.
8	Пассивно-активные упражнения. Дыхательные упражнения. Массаж паретичных конечностей. Упражнения с предметами. Упражнения для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогиба назад «Лук», «Кобра».
9	2.Пассивно-активные упражнения. Дыхательные упражнения (6 ч.) Пассивно-активные упражнения. Дыхательные упражнения. Массаж паретичных конечностей. Упражнения с предметами. Упражнения для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед) «Колечко», «Улитка».
10	Пассивно-активные упражнения. Дыхательные упражнения. Массаж паретичных конечностей. Упражнения с предметами. Упражнения на

	укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног
11	Пассивно-активные упражнения. Дыхательные упражнения. Массаж паретичных конечностей. Упражнения с предметами. Упражнения для укрепления мышц плечевого пояса «Мельница».
12	Пассивно-активные упражнения. Дыхательные упражнения. Массаж паретичных конечностей. Упражнения с предметами. Разминка всех групп мышц без предметов. Упражнения для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогиба назад «Кораблик», «Мостик».
13	Пассивно-активные упражнения. Дыхательные упражнения. Массаж паретичных конечностей. Упражнения с предметами. Упражнения для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед).
14	Пассивно-активные упражнения. Дыхательные упражнения. Массаж паретичных конечностей. Упражнения с предметами. Упражнения для развития стоп. Упражнения для укрепления позвоночника путем поворота туловища и наклона его в сторону «Месяц».
15	Дыхательные упражнения. Массаж паретичных конечностей. Упражнения с предметами гимнастической палкой. Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног «Паучок».
16	3. Дыхательные упражнения. Упражнения с гимнастической палкой (4 ч.) Дыхательные упражнения. Массаж паретичных конечностей. Упражнения с гимнастической палкой. Упражнения для укрепления мышц плечевого пояса «Мельница». Разминка всех групп мышц без предметов
17	Дыхательные упражнения. Массаж паретичных конечностей. Упражнения с гимнастической палкой. Упражнения для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогиба назад.
18	Дыхательные упражнения. Массаж паретичных конечностей. Упражнения с гимнастической палкой. Упражнения для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед) «Колечко», «Горка», «Улитка».
19	Дыхательные упражнения. Массаж паретичных конечностей. Упражнения с гимнастической палкой. Упражнения для укрепления позвоночника путем поворота туловища и наклона его в сторону «Месяц».
20	4. Упражнения на укрепление мышечного корсета (5 ч.) Упражнения на укрепление мышечного корсета. Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног «Паучок», «Елочка», «Велосипед».
21	Упражнения на укрепление мышечного корсета. Упражнения для укрепления мышц плечевого пояса «Мельница».
22	Упражнения на укрепление мышечного корсета. Упражнения для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогиба назад «Кораблик», «Мостик», «Лук».
23	Упражнения на укрепление мышечного корсета. Упражнения для укрепления позвоночника путем поворота туловища и наклона его в сторону «Месяц», «Орешек», «Стрекоза», «Маятник».
24	Упражнения на укрепление мышечного корсета. Дыхательные упражнения. Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног «Паучок», «Елочка».
25	5. Упражнения на растягивание мышц, пассивно, пассивно-активно (10 ч.) Упражнения на растягивание мышц, пассивно, пассивно-активно. Упражнения для укрепления мышц плечевого пояса.
26	Упражнения на растягивание мышц, пассивно, пассивно-активно. Упражнения для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогиба назад
27	Упражнения на растягивание мышц, пассивно, пассивно-активно. Пальчиковая гимнастика. Упражнения для укрепления мышц плечевого пояса «Пчелка».

28	Упражнения на растягивание мышц, пассивно, пассивно-активно. Пальчиковая гимнастика. Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног.
29	Упражнения на растягивание мышц, пассивно, пассивно-активно. Пальчиковая гимнастика. Положение рук: вперед, вверх, на пояс. Упражнения для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед) «Колечко».
30	Упражнения на растягивание мышц, пассивно, пассивно-активно. Пальчиковая гимнастика. Упражнения для укрепления позвоночника путем поворота туловища и наклона его в сторону
31	Упражнения на растягивание мышц, пассивно, пассивно-активно. Пальчиковая гимнастика. Упражнения для укрепления позвоночника путем поворота туловища и наклона его в сторону «Месяц», «Орешек», «Стрекоза», «Маятник».
32	Упражнения на растягивание мышц, пассивно, пассивно-активно. Пальчиковая гимнастика. Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног «Паучок», «Елочка».
33	Упражнения на растягивание мышц, пассивно, пассивно-активно. Пальчиковая гимнастика. Упражнения для укрепления мышц плечевого пояса.
34	Упражнения на растягивание мышц, пассивно, пассивно-активно. Пальчиковая гимнастика. Упражнения для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогиба назад

Цель: повышение двигательной активности обучающихся и обучение использованию полученных навыков в повседневной жизни.

Задачи: - формирование и совершенствование двигательных навыков;

- поддержка и развитие имеющихся движений;
- расширение диапазона движений и профилактика возможных нарушений;
- развитие тактильных ощущений кистей рук и расширение тактильного опыта;
- развитие зрительного восприятия;
- развитие зрительного и слухового внимания;
- развитие вербальных и невербальных коммуникативных навыков;
- развитие пространственных представлений;
- развитие мелкой моторики, зрительно-моторной координации

Место предмета в учебном плане

На урок отводится один час в неделю (34 часа в учебном году). Программа рассчитана на один учебный год.

Ожидаемые результаты на конец учебного года:

Выполнить движения с поддержкой взрослого: - головой;

- руками,
- сгибание и разгибание фаланг пальцев;
- сидеть с опорой (с помощью взрослого).

Тематическое планирование

№ п/п	Наименование раздела	Тема урока	Количество часов	Электронные образовательные ресурсы
1	Пассивные упражнения. Дыхательные упражнения	Пассивные упражнения. Дыхательные упражнения. Массаж паретичных конечностей. Выполнение упражнения «Потягушки» с переходом в позу «внимательного ученика».	1	https://resh.edu.ru/subject/
2		Пассивные упражнения.	1	https://resh.edu.ru/subject/

		<p>Дыхательные упражнения. Массаж паретичных конечностей. Положение рук: переплетенные пальцы, ладони вывернуты наружу. Упражнения для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогиба назад «Кораблик», «Мостику», «Лук», «Кобра».</p>		ject/
3		<p>Пассивные упражнения. Дыхательные упражнения. Массаж паретичных конечностей. Положение рук: вперед, вверх, на пояс. Упражнения для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед) «Колечко».</p>	1	https://resh.edu.ru/subject/
4		<p>Пассивные упражнения. Дыхательные упражнения. Массаж паретичных конечностей. Упражнения для укрепления позвоночника путем поворота туловища и наклона его в сторону.</p>	1	https://resh.edu.ru/subject/
5		<p>Пассивные упражнения. Дыхательные упражнения. Массаж паретичных конечностей. Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног («Велосипеды»).</p>	1	https://resh.edu.ru/subject/
6		<p>Пассивные упражнения. Дыхательные упражнения. Массаж паретичных конечностей. Простейшие сочетания изученных упражнений. Упражнения для укрепления мышц плечевого пояса «Мельница».</p>	1	https://resh.edu.ru/subject/
7		<p>Пассивные упражнения. Дыхательные упражнения. Массаж паретичных конечностей. Разминка всех групп мышц без предметов Упражнения для развития стоп.</p>	1	https://resh.edu.ru/subject/
8		<p>Пассивно-активные упражнения. Дыхательные упражнения. Массаж паретичных конечностей. Упражнения с предметами. Упражнения для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогиба назад «Лук», «Кобра».</p>	1	https://resh.edu.ru/subject/

9	Пассивно-активные упражнения. Дыхательные упражнения	Пассивно-активные упражнения. Дыхательные упражнения. Массаж паретичных конечностей. Упражнения с предметами. Упражнения для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед) «Колечко», «Улитка».	1	https://resh.edu.ru/subject/
10		Пассивно-активные упражнения. Дыхательные упражнения. Массаж паретичных конечностей. Упражнения с предметами. Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног	1	https://resh.edu.ru/subject/
11		Пассивно-активные упражнения. Дыхательные упражнения. Массаж паретичных конечностей. Упражнения с предметами. Упражнения для укрепления мышц плечевого пояса «Мельница».	1	https://resh.edu.ru/subject/
12		Пассивно-активные упражнения. Дыхательные упражнения. Массаж паретичных конечностей. Упражнения с предметами. Разминка всех групп мышц без предметов. Упражнения для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогиба назад «Кораблик», «Мостик».	1	https://resh.edu.ru/subject/
13		Пассивно-активные упражнения. Дыхательные упражнения. Массаж паретичных конечностей. Упражнения с предметами. Упражнения для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед).	1	https://resh.edu.ru/subject/
14		Пассивно-активные упражнения. Дыхательные упражнения. Массаж паретичных конечностей. Упражнения с предметами. Упражнения для развития стоп. Упражнения для укрепления позвоночника путем поворота туловища и наклона его в сторону «Месяц».	1	https://resh.edu.ru/subject/
15		Дыхательные упражнения. Массаж паретичных конечностей. Упражнения с предметами гимнастической	1	https://resh.edu.ru/subject/

		палкой. Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног «Паучок».		
16	Дыхательные упражнения. Упражнения с гимнастическ. палкой	Дыхательные упражнения. Массаж паретичных конечностей. Упражнения с гимнастической палкой. Упражнения для укрепления мышц плечевого пояса «Мельница». Разминка всех групп мышц без предметов	1	https://resh.edu.ru/subject/
17		Дыхательные упражнения. Массаж паретичных конечностей. Упражнения с гимнастической палкой. Упражнения для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогиба назад.	1	https://resh.edu.ru/subject/
18		Дыхательные упражнения. Массаж паретичных конечностей. Упражнения с гимнастической палкой. Упражнения для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед) «Колечко», «Горка», «Улитка».	1	https://resh.edu.ru/subject/
19		Дыхательные упражнения. Массаж паретичных конечностей. Упражнения с гимнастической палкой. Упражнения для укрепления позвоночника путем поворота туловища и наклона его в сторону «Месяц».	1	https://resh.edu.ru/subject/
20	Упражнения на укрепление мышечного корсета	Упражнения на укрепление мышечного корсета. Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног «Паучок», «Елочка», «Велосипед».	1	https://resh.edu.ru/subject/
21		Упражнения на укрепление мышечного корсета. Упражнения для укрепления мышц плечевого пояса «Мельница».	1	https://resh.edu.ru/subject/
22		Упражнения на укрепление мышечного корсета. Упражнения для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогиба назад «Кораблик», «Мостик», «Лук».	1	https://resh.edu.ru/subject/
23		Упражнения на укрепление мышечного корсета. Упражнения для укрепления позвоночника	1	https://resh.edu.ru/subject/

		путем поворота туловища и наклона его в сторону «Месяц», «Орешек», «Стрекоза», «Маятник».		
24		Упражнения на укрепление мышечного корсета. Дыхательные упражнения. Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног «Паучок», «Елочка».	1	https://resh.edu.ru/subject/
25	Упражнения на растягивание мышц, пассивно, пассивно-активно	Упражнения на растягивание мышц, пассивно, пассивно-активно. Упражнения для укрепления мышц плечевого пояса.	1	https://resh.edu.ru/subject/
26		Упражнения на растягивание мышц, пассивно, пассивно-активно. Упражнения для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогиба назад	1	https://resh.edu.ru/subject/
27		Упражнения на растягивание мышц, пассивно, пассивно-активно. Пальчиковая гимнастика. Упражнения для укрепления мышц плечевого пояса «Пчелка».	1	https://resh.edu.ru/subject/
28		Упражнения на растягивание мышц, пассивно, пассивно-активно. Пальчиковая гимнастика. Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног.	1	https://resh.edu.ru/subject/
29		Упражнения на растягивание мышц, пассивно, пассивно-активно. Пальчиковая гимнастика. Положение рук: вперед, вверх, на пояс. Упражнения для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед) «Колечко».	1	https://resh.edu.ru/subject/
30		Упражнения на растягивание мышц, пассивно, пассивно-активно. Пальчиковая гимнастика. Упражнения для укрепления позвоночника путем поворота туловища и наклона его в сторону	1	https://resh.edu.ru/subject/
31		Упражнения на растягивание мышц, пассивно, пассивно-активно. Пальчиковая гимнастика. Упражнения для	1	https://resh.edu.ru/subject/

		укрепления позвоночника путем поворота туловища и наклона его в сторону «Месяц», «Орешек», «Стрекоза», «Маятник».		
32		Упражнения на растягивание мышц, пассивно, пассивно-активно. Пальчиковая гимнастика. Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног «Паучок», «Елочка».	1	https://resh.edu.ru/subject/
33		Упражнения на растягивание мышц, пассивно, пассивно-активно. Пальчиковая гимнастика. Упражнения для укрепления мышц плечевого пояса.	1	https://resh.edu.ru/subject/
34		Упражнения на растягивание мышц, пассивно, пассивно-активно. Пальчиковая гимнастика. Упражнения для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогиба назад	1	https://resh.edu.ru/subject/