

Тематическое планирование для детей ОВЗ с интеллектуальными нарушениями

В Федеральном компоненте государственного стандарта «Адаптивная физкультура» обозначен как самостоятельный предмет, что подчеркивает его особое значение в системе образования детей с ОВЗ. На его освоение в ДОУ отведено 17 часов, 1 час в 2 недели.

Результаты освоения учебного предмета

Достижение личностных и предметных результатов освоения программы «Адаптивная физкультура» воспитанников происходит в процессе стимулирования позитивных реакций в системах и функциях организма, активного формирования двигательных навыков.

Личностные результаты применительно к разделу «Адаптивная физкультура» включают следующие индивидуально-личностные качества:

- Восприятие собственного тела, осознание своих физических возможностей и ограничений;

- Освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять, передвигаться (в т.ч. с использованием технических средств);

- Освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей;

- Совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты;

- Умение радоваться успехам;

- 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, спортивные игры;

Материально-техническое оснащение

Материально-техническое оснащение предусматривает как обычное для спортивных залов ДОУ оборудование и инвентарь, так и специальное адаптированное (ассистивное) оборудование для детей с различными нарушениями развития, включая тренажеры, инвентарь для подвижных и спортивных игр и др. Спортивный инвентарь: гимнастические мячи разного диаметра, мягкие модули различных форм, гимнастические коврики.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ

Раздел	Содержание	Кол-во часов
Общеразвивающие и корригирующие упражнения	Дыхательные упражнения: произвольный вдох (выдох) через рот (нос), произвольный вдох через нос (рот), выдох через рот (нос). Одновременное (поочередное) сгибание	7

	<p>(разгибание) пальцев.</p> <p>Противопоставление первого пальца остальным на одной руке (одновременно двумя руками), пальцы одной руки пальцам другой руки поочередно (одновременно).</p> <p>Сгибание пальцев в кулак на одной руке с одновременным разгибанием на другой руке. Круговые движения кистью. Сгибание фаланг пальцев.</p> <p>Одновременные (поочередные) движения руками в исходных положениях «стоя», «сидя», «лежа» (на боку, на спине, на животе): вперед, назад, в стороны, вверх, вниз, круговые движения.</p> <p>Круговые движения руками в исходном положении «руки к плечам».</p> <p>Движения плечами вперед (назад, вверх, вниз).</p> <p>Движения головой: наклоны вперед (назад, в стороны), повороты, круговые движения.</p> <p>Поднимание головы в положении «лежа на животе». Наклоны туловища вперед (в стороны, назад).</p> <p>Повороты туловища вправо (влево). Круговые движения прямыми руками</p>	
Ходьба	<p>Ходьба с удержанием рук за спиной (на поясе, на голове, в стороны).</p> <p>Движения руками при ходьбе: взмахи, вращения, отведение рук назад, в стороны, подъем вверх.</p> <p>Ходьба ровным шагом, на носках, пятках, высоко поднимая бедро. Ходьба в умеренном (медленном, быстром) темпе. Ходьба с изменением темпа, направления движения.</p> <p>Преодоление препятствий при ходьбе.</p>	4
Ползание, лазание	<p>Ползание, подлезание, лазание, перелезание.</p> <p>Ползание на животе, на четвереньках.</p> <p>Подлезание под препятствия на животе, на четвереньках.</p> <p>Перелезание через препятствия.</p>	2
Передача и перенос предметов,	<p>Ловля, метание, передача предметов и перенос груза. Передача предметов в шеренге (по кругу, в колонне).</p>	2

	<p>Броски среднего (маленького) мяча двумя руками вверх (о пол, о стенку).</p> <p>Ловля среднего (маленького) мяча одной (двумя) руками. Бросание мяча на дальность.</p> <p>Сбивание предметов большим (малым) мячом.</p> <p>Броски (ловля) мяча в ходьбе (беге).</p> <p>Метание в цель (на дальность).</p> <p>Перенос груза.</p>	
Коррекционно-подвижные игры	<p>Элементы спортивных игр и спортивных упражнений. Баскетбол. Узнавание баскетбольного мяча.</p> <p>Футбол. Узнавание футбольного мяча.</p> <p>Бадминтон. Узнавание (различение) инвентаря для бадминтона.</p> <p>Подвижные игры. Соблюдение правил игры «Стоп, хоп, раз». Соблюдение правил игры «Болото».</p> <p>Соблюдение правил игры «Рыбаки и рыбки».</p> <p>Соблюдение правил игры «Бросай-ка».</p>	2

Календарно-тематическое планирование

№	Тема	Дата
Общеразвивающие и корригирующие упражнения		
1	Дыхательные упражнения	
2	Сгибание пальцев рук	
3	Движения руками	
4	Движения головой	
5	Наклоны туловища	
6	Повороты туловища	
Ходьба		
8	Ходьба, держась за инструктора по дорожке	
9	Ходьба, держась за руки инструктора: между предметами	
10	Упражнения в ходьбе в заданном направлении	
11	Упражнения в построении парами	

Ползание, лазание		
12	Ползание на животе	
13	Ползание на четвереньках	
Передача и перенос предметов,		
14	Прокатывание мяча двумя руками друг другу	
15	Ловля и метание мяча	
Коррекционно-подвижные игры		
16	Подвижные игры	
17	Игры с мячом	

Планируемые результаты:

По окончании обучения воспитанников с умеренной, тяжелой умственной отсталостью, множественными нарушениями овладевают в меру своих возможностей:

- способностью доступным способом контролировать положение собственного тела;
- согласованными, последовательными движениями,
- произвольными движениями;
- координацией движениями обеих рук;
- зрительно-моторной координацией;
- целенаправленными движениями;
- активными движениями и получают удовольствие от собственных движений;
- игре в мяч: бросками, передачей, киданием;