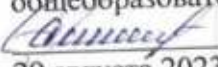
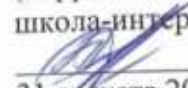


СОГЛАСОВАНА  
Заместителем директора по УВР  
ГКОУ «Специальная (коррекционная)  
общеобразовательная школа-интернат № 17»  
 С.С.Стасенко  
29 августа 2023г.

УТВЕРЖДЕНА  
И.о. директора ГКОУ «Специальная  
(коррекционная) общеобразовательная  
школа-интернат № 17»  
 Б.А.Дементева  
31 августа 2023г.

РАССМОТРЕНА  
Руководителем ШМО  
ГКОУ «Специальная  
(коррекционная) общеобразовательная  
школа-интернат № 17»  
М.И.Деревягина  
протокол №1 от 25 августа 2023г.

## АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по учебному предмету «Адаптивная физическая культура»,  
/наименование учебного предмета, курса в соответствии с УП/

### «Физическая культура»,

/наименование предметной области в соответствии с УП/

Этап обучения (класс) - I (4а класс), начальное общее образование,  
ФАООП ОУ (ИН) (вариант 1)

/этап /класс /начальное общее, основное общее образование /

Учебный год - 2023/24

Количество часов: всего в год - 102 часа  
в неделю - 3 часа

Учитель - Гальченко Сергей Петрович  
/ФИО педагога/

Квалификационная категория высшая  
/высшая, первая, соответствие занимаемой должности/  
по должности «учитель»  
/«учитель»/ «воспитатель»/

АРП разработана на основе: Федеральной адаптированной основной  
общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями), приказ от 24.11.2022г № 1026  
/указать программу/программы /

Учебник: \_\_\_\_\_  
/указать учебник, издательство, год издания/

**Адаптированная рабочая программа  
по учебному предмету «Адаптивная физическая культура»**

**ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УРОВЕНЬ:**

Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в ред. Федеральных законов от 07.05.2013 № 99-ФЗ, от 07.06.2013 № 120-ФЗ, от 02.07.2013 № 170-ФЗ, от 23.07.2013 № 203-ФЗ, от 25.11.2013 № 317-ФЗ).

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. N 2 "Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания"

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"

Приказ Министерства просвещения РФ от 22 марта 2021 г. № 115 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования"

Приказ Министерства просвещения РФ от 24 ноября 2022 г. № 1026 "Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)"

Приказ Министерства образования и науки РФ от 19.12.2014г. № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Письмо Министерства образования и науки РФ от 11 марта 2016 г. № ВК-452/07 "О введении ФГОС ОВЗ".

Приказ Минпросвещения России «Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность и установления предельного срока использования исключенных учебников» от 21.09.2022. № 858

Письмо Минпросвещения России «Об обеспеченности учебными изданиями» от 21.02.2023 №АБ-800/03

Постановление Правительства Российской Федерации – от 29 августа 2022г. №1505 "О переносе выходных дней в 2023 году"

Постановление Правительства Российской Федерации от 10.08.2023 № 1314 "О переносе выходных дней в 2024 году"

"Трудовой кодекс Российской Федерации" от 30.12.2001 N 197-ФЗ (ред. от 28.06.2021)

**РЕГИОНАЛЬНЫЙ УРОВЕНЬ:**

Письмо МО и МП СК от 08.06.2016г. №04-20\5680 «О методических рекомендациях».

Письмо МОСК от 26.07.2023г.№ 01-23/11662 «Об организации работы по формированию календарных учебных графиков на 2023/24 учебный год»

Закон СК № 60-кз от 23.06.2016г. «Об объявлении в Ставропольском крае нерабочим (праздничным) днем Дня поминовения усопших (Радыницы)».

**УРОВЕНЬ ОУ:**

Лицензия №4773 от 06.05.2016г. на осуществление образовательной деятельности.

Устав ОУ

Учебный план на 2023/24 учебный год



Учебный план I-IV классов ФАООП УО (вариант 1)

| Предметные области  | Класс<br>Учебные<br>предметы             | Количество часов |    |     |    | Всего |
|---|--|------------------|----|-----|----|-------|
|   |  | I                | II | III | IV |       |
| <b>Обязательная часть</b>   |  |                  |    |     |    |       |
| 1. Язык и речевая практика  | Русский язык                             | 3                | 4  | 4   | 4  | 15    |
|   | Чтение                                   | 3                | 4  | 4   | 4  | 15    |
|   | Речевая практика                         | 2                | 2  | 2   | 2  | 8     |
| 2. Математика   | Математика                               | 3                | 5  | 5   | 5  | 18    |
| 3. Естествознание   | Мир природы и человека                   | 2                | 2  | 2   | 2  | 8     |
| 4. Искусство  | Музыка                                   | 2                | 1  | 1   | 1  | 5     |
|   | Рисование<br>(изобразительное искусство) | 1                | 1  | 1   | 1  | 4     |
| 5. Физическая культура  | Адаптивная физическая культура           | 3                | 3  | 3   | 3  | 12    |
| 6. Технология   | Ручной труд                              | 2                | 1  | 1   | 1  | 5     |
| Итого   |  | -                | -  | -   | -  | -     |
| Часть, формируемая участниками образовательных отношений                  |  | -                | -  | -   | -  | -     |
| Максимально допустимая годовая нагрузка (при 5-ти дневной учебной неделе) |  | 21               | 23 | 23  | 23 | 90    |
| <i>Коррекционно-развивающая область:</i>                                  |  | 6                | 6  | 6   | 6  | 24    |
| логопедические занятия  |  | 3                | 3  | 3   | 3  | 12    |
| ритмика   |  | 1                | 1  | 1   | 1  | 4     |
| развитие психомоторики и сенсорных процессов                              |  | 2                | 2  | 2   | 2  | 8     |
| <i>Внеурочная деятельность:</i>   |  | 4                | 4  | 4   | 4  | 16    |
| нравственное направление  |  | 1                | 1  | 1   | 1  | 4     |
| социальное направление  |  | 1                | 1  | 1   | 1  | 4     |
| общекультурное направление  |  | 1                | 1  | 1   | 1  | 4     |
| спортивно-оздоровительное направление                                     |  | 1                | 1  | 1   | 1  | 4     |
| Итого   |  | 10               | 10 | 10  | 10 | 40    |
| Всего   |  | 31               | 33 | 33  | 33 | 130   |

## ГОДОВОЙ КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

**ГКОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная  
школа - интернат № 17» на 2023/24 учебный год**

| <b>Четверть</b>  | <b>Учебный период</b>   | <b>Каникулы</b>   |
|--|---|---|
| 1 четверть   | 01.09.2023 – 27.10.2023 года<br>(8 учебных недель, 2 дня)   | <i>Осенние каникулы:</i><br>28.10.2023 – 05.11.2023 года (9 дней)                       |
| 2 четверть   | 06.11.2023 – 29.12.2023 года<br>(8 учебных недель)  | <i>Зимние каникулы:</i><br>30.12.2023 – 07.01.2024 года (9 дней)                        |
| 3 четверть   | 09.01.2024 – 22.03.2024 года<br>(10 учебных недель, 6 дней)   | Дополнительные каникулы для<br>первоклассников<br>10.02.2024 – 18.02.2024 года (9 дней) |
|  |   | <i>Весенние каникулы:</i><br>23.03.2024 - 31.03.2024 года (9 дней)                      |
| 4 четверть   | 01.04.2024 – 26.05.2024 года<br>(7 учебных недель, 2 дня)   |   |
| <b>Всего:</b>  | <b>2-9 классы, ГПП*: 34<br/>учебные недели (170<br/>учебных дней)</b>                                       | <b>2-9 классы, ГПП* - 27 дней</b>   |
|  | <b>1 класс: 33 учебных недели<br/>(165 учебных дней)</b>  | <b>1 класс - 36 дней</b>  |
| Практика,<br>подготовка<br>к итоговой<br>аттестации,<br>итоговая<br>аттестация | 27.05. - 30.05.2024 года (4 дня)<br>(Практика, подготовка к<br>итоговой аттестации: 9-е<br>классы,<br>ГПП*) | 31.05.2024 года<br>(Итоговая аттестация: 9-е классы,<br>ГПП*)                           |

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) далее ФАООП УО (вариант 1), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. № 1026 (<https://clck.ru/33NMkR>).

ФАООП УО (вариант 1) адресована обучающимся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом реализации их особых образовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей.

Учебный предмет «Адаптивная физическая культура» относится к предметной области «Физическая культура» и является обязательной частью учебного плана. В соответствии с учебным планом рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 4 классе рассчитана на 34 учебные недели и составляет 102 часа в год (3 часа в неделю).

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

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

Задачи обучения:

- коррекция нарушений физического развития;
- формирование двигательных умений и навыков;
- развитие двигательных способностей в процессе обучения;



- укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;
- раскрытие возможных избирательных способностей и интересов обучающихся для освоения доступных видов спортивно- физкультурной деятельности;
- формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- поддержание устойчивой физической работоспособности на достигнутом уровне;
- формирование познавательных интересов, сообщение доступных теоретических сведений по физической культуре;
- воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями;
- воспитание нравственных, морально- волевых качеств (настойчивости, смелости), навыков культурного поведения.

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 4 классе определяет следующие задачи:

Задачи учебного предмета:

- формирование элементарных знаний о распорядке дня, личной гигиене;
- формирование умения выполнять комплекс утренней гимнастики;
- формирование умения подавать команды при сдаче рапорта, выполнять все изученные команды в строю, соблюдать дистанцию при перестроениях;
- формирование умения принимать правильную осанку;

- формирование умения ходить в различном темпе с различными исходными положениями рук;
- формирование умения перелезать через препятствия и подлезать под них различными способами в зависимости от высоты;
- формирование умения переносить несколько набивных мячей;
- формирование умения сохранять равновесие на гимнастической скамейке в упражнениях с предметами и в парах, выполнять вис на канате,
- формирование умения координировать движения рук и ног в попеременном двухшажном ходе;
- формирование умения преодолевать спуск в высокой стойке на склоне, преодолевать на лыжах дистанцию до 0,8 км;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений.

**Планируемые результаты освоения рабочей программы по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 4 классе**

**Личностные результаты:**

- принятие, освоение социальной роли обучающегося и мотивирование на занятие физической культурой, посещение кружков и участие в спортивно-оздоровительных мероприятиях в школе;
- сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в соревновательной и игровой деятельности;
- проявление социально значимых мотивов учебной деятельности.

**Уровни достижения предметных результатов по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 4 классе**

Минимальный уровень:

- иметь представления о физической культуре как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- выполнять комплексы утренней гимнастики под руководством учителя;
- знать основные правила поведения на уроках физической культуры и осознанно их применять;
- выполнять несложные упражнения по словесной инструкции при выполнении строевых команд;
- иметь представления о двигательных действиях;
- знать основные строевые команды;
- производить подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- ходить в различном темпе с различными исходными положениями;
- взаимодействовать со сверстниками в организации и проведении подвижных игр, элементов соревнований;
- участвовать в подвижных играх и эстафетах под руководством учителя;
- знать правила бережного обращения с инвентарём и оборудованием;
- соблюдать требования техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

#### Достаточный уровень:

- практически осваивать элементы гимнастики, лёгкой атлетики, лыжной подготовки, спортивных и подвижных игр и других видов физической культуры;
- самостоятельно выполнять комплексы утренней гимнастики;
- владеть комплексами упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища;
- участвовать в оздоровительных занятиях в режиме дня (физкультминутки);



- выполнять основные двигательные действия в соответствии с заданием учителя: бег, ходьба, прыжки и др.;
- подавать и выполнять строевые команды, вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- совместно участвовать со сверстниками в подвижных играх и эстафетах;
- оказывать посильную помощь и поддержку сверстникам в процессе участия в подвижных играх и соревнованиях;
- знать спортивные традиции своего народа и других народов;
- знать способы использования различного спортивного инвентаря в основных видах двигательной активности и применять их в практической деятельности;
- знать правила и технику выполнения двигательных действий, применять усвоенные правила при выполнении двигательных действий под руководством учителя;
- знать и применять правила бережного обращения с инвентарём и оборудованием в повседневной жизни;
- соблюдать требования техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

**Система оценки достижения обучающимися  
с умственной отсталостью планируемых результатов освоения  
рабочей программы по учебному предмету  
«Адаптивная физическая культура» в 4 классе**

Оценка личностных результатов предполагает, прежде всего, оценку продвижения обучающегося в овладении социальными (жизненными) компетенциями, может быть представлена в условных единицах:

- 0 баллов - нет фиксируемой динамики;
- 1 балл - минимальная динамика;
- 2 балла - удовлетворительная динамика;
- 3 балла - значительная динамика.

## Критерии оценки предметных результатов

Оценивается техника (правильность) выполнения упражнений: при построении, перестроении; выполнение строевых команд; в равновесии, ходьбе, лазанье; упражнения с элементами гимнастики и акробатики; передвижение на лыжах.

В беге, прыжках, метании и бросках учитываются секунды, количество, длина, высота.

При оценке предметных результатов учитель руководствуется следующими критериями:

**Оценка «5»** - ставится за верное выполнение задания. При этой оценке допускаются мелкие ошибки (не влияющие на качество и результат выполнения). К ним можно отнести неточность отталкивания, нарушение ритма, неправильное исходное положение, «заступ» при приземлении.

**Оценка «4»** - ставится, если обучающийся допускает несколько мелких или одну значительную ошибку при выполнении упражнения.

К значительным ошибкам относятся такие, которые не вызывают особого искажения структуры движений, но влияют на качество выполнения, хотя количественный показатель не намного ниже. Примеры значительных ошибок:

- старт не из требуемого положения;
- отталкивание далеко от планки при выполнении прыжков в высоту, длину;
- несинхронность выполнения движений.

**Оценка «3»** - ставится, если обучающийся ученик допустил не более одной значительной ошибки и несколько мелких. Также оценку «удовлетворительно» может получить ученик, совершивший несколько грубых ошибок, но при повторных попытках улучшивший результат. Грубые ошибки – разновидность ошибок, при которых искажается техника движения, а также влияют на качество и результат выполнения упражнения.

**Оценка «2» - не ставится.**

Оценка за технику ставится лишь при выполнении упражнений в равновесии, лазанье, с элементами акробатики, перестроениях, ходьбе.

В остальных видах (бег, прыжки, метание, броски, ходьба) необходимо учитывать количественный результат. Но так как возрастных нормативов для обучающихся с интеллектуальными нарушениями нет, учитель сам определяет результат, на который он будет ориентировать ученика в зависимости от его физических возможностей.

Не снижается оценка обучающемуся, допускающему мелкие, значительные или грубые ошибки, обусловленные его моторным развитием и избежать которых он не может физически.



## ОПИСАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Уроки «Адаптивной физической культуры» у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) направлены на укрепление здоровья, физическое развитие, способствовали формированию правильной осанки, физических качеств и становлению школы движений.

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

- формирования знаний (методы слова (информация речевого воздействия) и методы наглядности (информация перцептивного воздействия);

- обучения двигательным действиям (дробление и последовательное освоение частей целостного упражнения);

- развития физических качеств и способностей (для развития скоростных качеств (быстроты) — повторный, игровой, вариативный (контрастный), сенсорный методы;

- для развития выносливости — равномерный, переменный, повторный, игровой методы;

- для развития координационных способностей- элементы новизны в изучаемом физическом упражнении (изменение исходного положения, направления, темпа, усилий, скорости, амплитуды, привычных условий и др.);

- симметричные и асимметричные движения;

- релаксационные упражнения, смена напряжения и расслабления мышц;

- упражнения на реагирующую способность (сигналы разной модальности на слуховой и зрительный аппарат);

- упражнения на раздражение вестибулярного аппарата (повороты, наклоны, вращения, внезапные остановки, упражнения на ограниченной, повышенной или подвижной опоре);

- упражнения на точность различения мышечных усилий, временных отрезков и расстояния (использование тренажеров для «прочувствования» всех параметров движения, предметных или символических ориентиров, указывающих направление, амплитуду, траекторию, время движения, длину и количество шагов);

- упражнения на дифференцировку зрительных и слуховых сигналов по силе, расстоянию, направлению;

- воспроизведение заданного ритма движений (под музыку, голос, хлопki и т. п.);

- пространственная ориентация на основе кинестетических, тактильных, зрительных, слуховых ощущений (в зависимости от сохранности сенсорных систем);

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

- парные и групповые упражнения, требующие согласованности совместных действий.

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

- игровой
- воспитания личности;
- взаимодействия педагога и обучающихся.

Использование разнообразных средств и методов адаптивной физической культуры служат стимулятором повышения двигательной активности, здоровья и работоспособности, способом удовлетворения

потребности в эмоциях, движении, игре, общении, развития познавательных способностей, следовательно, являются фактором гармоничного развития личности, что создает реальные предпосылки социализации.

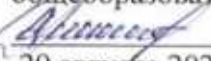
#### Содержание разделов

| № п/п         | Название раздела             | Количество часов    | Контрольные работы (количество) |
|---------------|------------------------------|---------------------|---------------------------------|
| 1.            | Знания о физической культуре | В процессе обучения | -                               |
| 2.            | Гимнастика                   | 41                  | -                               |
| 3.            | Легкая атлетика              | 35                  | -                               |
| 4.            | Игры                         | 26                  | -                               |
| <b>Итого:</b> |                              | 102                 | -                               |

С учетом каждого региона вместо лыжной подготовки проводятся занятия на открытом воздухе: гимнастика, легкая атлетика, игры; катание на коньках.



РАССМОТРЕНО  
Руководителем ШМО  
ГКОУ «Специальная  
(коррекционная) общеобразовательная  
школа-интернат № 17»  
\_\_\_\_\_ М.И.Деревягина  
Протокол № 1 от 25 августа 2023г.

СОГЛАСОВАНО  
Заместителем директора по УВР  
ГКОУ «Специальная (коррекционная)  
общеобразовательная школа-интернат № 17»  
 С.С.Стасенко  
29 августа 2023г.

# КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

по учебному предмету «Адаптивная физическая культура»,

/наименование учебного предмета, курса в соответствии с УП/

«Физическая культура»,

/наименование предметной области в соответствии с УП/

Этап обучения (класс) - I (4а класс), начальное общее образование,  
ФАООП ОУ (ИН) (вариант 1)

/этап /класс /начальное общее, основное общее образование /

Учебный год - 2023/24

Количество часов: всего в год - 102 часа

в неделю - 3 часа

Учитель - Гальченко Сергей Петрович

/ФИО педагога/

Квалификационная категория высшая

/высшая, первая, соответствие занимаемой должности/

по должности «учитель»

/«учитель»/ «воспитатель»/

АРП разработана на основе: Федеральной адаптированной основной  
общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями), приказ от 24.11.2022г № 1026

/указать программу/программы /

Учебник: \_\_\_\_\_

/указать учебник, издательство, год издания/

| №                                 | Тема предмета   | Кол-во часов | Программное содержание   | Дифференциация видов деятельности   |  | Дата  |
|-----------------------------------|---|--------------|--|---|--|-------|
|                                   |   |              |  | Минимальный уровень   | Достаточный уровень  |       |
| <b>Легкая атлетика – 17 часов</b> |   |              |  |   |  |       |
| 1                                 | Инструктаж по технике безопасности на уроках легкой атлетики. Медленный бег с равномерной скоростью | 1            | Беседа по технике безопасностина занятиях легкой атлетикой. Выполнение ходьбы с сочетанием разновидностей ходьбы. Выполнение медленного бега в равномерном темпе до 2 мин. Подвижная игра с бросками и ловлей мяча   | Слушают инструктаж о правилах поведения на уроках легкой атлетики, отвечают на вопросы целими предложениями. Выполняют ходьбу с сочетанием разновидностейходьбы.1 Выполняют бег   | Слушают инструктаж о правилах поведения на урокахлегкой атлетики, отвечают на вопросы целими предложениями. Выполняют ходьбу с сочетанием разновидностейходьбы. Выполняют бег с равномернойскоростью   | 04.09 |
| 2                                 | Понятия о предварительной и исполнительной командах   | 1            | Построение в шеренгу. Определение видов команд. Повторение строевых действий в соответствии с командой. Бег в медленном темпе в колонне по одному. Выполнение комплекса утренней гимнастики. Выполнение прыжков на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в стороны. Коррекционная игра | Выполняют построение по показу учителя. Зрительно воспринимают образец выполнения и соотносят с голосовым (звуковым) сигналом предварительную и исполнительную команды. Выполняют медленный бег за наиболее физически развитым обучающимся из 2 группы, | Выполняют построения и перестроения по сигналу учителя. Ориентируются на образец выполнения предварительной и исполнительной команд. Выполняют медленный бег. Прыгают на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в стороны. Играют в подвижную игру после инструкции учителя | 06.09 |

|   |   |   |   |   |       |
|---|---|---|---|---|-------|
|   |   | <p>ориентируясь на его пример. Прыгают на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в стороны. Участвуют в игре по инструкции учителя</p> |   |   |       |
| 3 | <p>Ходьба в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук</p> | <p>1</p>  | <p>Выполнение построения вшеренгу и слада рапорта дежурным. Закрепление ходьбы, сохраняя правильное положение тела. Выполнение комплекса утренней гимнастики. Выполнение бега в медленном темпе 80-100 м. Выполнение прыжков через шнур, начерченную линию. Подвижная игра с бросанием мяча</p> | <p>Выполняют построение по показу учителя. Осваивают и выполняют ходьбу в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук. Выполняют общеразвивающие упражнения после показа учителя. Выполняют многократного показа по прямому указанию учителя. Выполняют медленный бег за наиболее физически развитым обучающимся из 2 группы, ориентируясь на его пример. Осваивают и используют игровые умения</p> | 07.09 |
| 4 | <p>Ходьба в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук</p> | <p>1</p>  | <p>Выполнение построения вшеренгу и слада рапорта дежурным. Закрепление ходьбы, сохраняя правильное положение тела.</p>   | <p>Выполняют построение по показу учителя. Осваивают и выполняют ходьбу в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук.</p>  | 11.09 |



|   |   |   |   |   |       |
|---|---|---|---|---|-------|
|   |   | <p>Выполнение комплекса утренней гимнастики.</p> <p>Выполнение бега в медленном темпе 80-100 м.</p> <p>Выполнение прыжков через шнур, начерченную линию.</p> <p>Подвижная игра с бросанием мяча</p>   | <p>неоднократного показа по прямому указанию учителя.</p> <p>Выполняют медленный бег за наиболее физически развитым обучающимся из 2 группы, ориентируясь на его пример. Осваивают и используют игровые умения</p>  | <p>Выполняют общеразвивающие упражнения после показа учителя.</p> <p>Выполняют медленный бег. Осваивают и используют игровые умения</p>   | 13.09 |
| 5 | Бег с изменением темпа  | <p>Выполнение сдачи рапорта.</p> <p>Закрепление выполнения бега в колонне правильно держа туловище, работая руками, ставя стопу на носок, свободно двигаясь.</p> <p>Выполнение общеразвивающих упражнений со скакалкой.</p> <p>Коррекционная игра</p> | <p>Выполняют строевые действия по шаговой/ поэтапной инструкции педагога.</p> <p>Удерживают правильное положение тела во время бега (с помощью учителя, при необходимости шаговая инструкция учителя).</p> <p>Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения с предметом по показу. Участвуют в игре по инструкции учителя</p> | <p>Выполняют по показу учителя упражнения для развития переключаемости движений.</p> <p>Удерживают правильное положение тела во время бега.</p> <p>Смотрят образец выполнения упражнения, выполняют упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения с предметом.</p> <p>Играют в подвижную игру после инструкции учителя</p> | 14.09 |
| 6 | Прыжки на месте, с продвижением вперед, в сторону, назад на одной | <p>Выполнение медленного бега с сохранением</p>   | <p>Удерживают правильное положение тела во время бега</p>   | <p>Удерживают правильное положение тела во время бега</p>   | 14.09 |

|   |                                  |   |   |  |   |       |
|---|----------------------------------|---|---|--|---|-------|
|   | ноге                             |   | <p>правильной осанки.<br/>Выполнение общеразвивающих упражнений с маленькими мячами. Выполнение прыжков на одной ноге на месте и с продвижением.<br/>Метание мяча в цель.<br/>Подвижная игра с элементами бега и ведением и бросками волейбольного мяча</p> | <p>бега (пооперационный контроль выполнения действий).<br/>Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения с предметом по показу. Осваивают и используют игровые умения</p>  | <p>бега.<br/>Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения с предметом. Осваивают и используют игровые умения</p>   |       |
| 7 | Беговые упражнения               | 1 | <p>Выполнение ходьбы с изменением скорости.<br/>Выполнение бега в заданном направлении.<br/>Ознакомление с названием беговых упражнений и их выполнение.<br/>Эстафета с бегом</p>   | <p>Выполняют ходьбу с изменением скорости.<br/>Выполняют различные виды бега: на носках, с высоким подниманием бедра и захлестыванием голени назад.<br/>Осваивают беговые упражнения выполняя на уменьшенном расстоянии.<br/>Участвуют в соревновательной деятельности</p> | <p>Выполняют ходьбу с изменением скорости.<br/>Выполняют различные виды бега: на носках, с высоким подниманием бедра и захлестыванием голени назад.<br/>Выполняют беговые упражнения.<br/>Участвуют в соревновательной деятельности</p> | 18.09 |
| 8 | Прыжки с ноги на ногу до 10-15 м | 1 | <p>Выполнение ходьбы на носках, на пятках.<br/>Выполнение бега в среднем темпе с переходом на ходьбу.</p>   | <p>Выполняют ходьбу в умеренном темпе на носках, на пятках.<br/>Перепрыгивают с ноги на ногу на отрезках.</p>  | <p>Выполняют ходьбу в умеренном темпе на носках, на пятках.<br/>Перепрыгивают с ноги на ногу на отрезках.</p>   | 20.09 |

|    |   |   |  |   |   |       |
|----|---|---|--|---|---|-------|
|    |   |   | <p>Выполнение многоскоков. Подвижная игра на передачу мячей в колоннах</p>   | <p>Осваивают и используют игровые умения</p>  | <p>Осваивают и используют игровые умения</p>  |       |
| 9  | Ускорения до 30 м                           | 1 | <p>Выполнение ходьбы перекатом с пятки на носок. Чередование бега и ходьбы нарасстоянии. Повторение низкого старта, пробегание с максимальной возможной скоростью и по возможности не снижении ее дофиниша. Коррекционная подвижная игра</p> | <p>Выполняют ходьбы перекатом с пятки на носок. Выполняют бег низкого старта. Участвуют в игре по инструкции учителя</p>  | <p>Выполняют ходьбы перекатом с пятки на носок. Выполняют бег с низкого старта. Играют в подвижную игру после инструкции учителя</p>  | 21.09 |
| 10 | Прыжки через скакалку на двух.на одной ноге | 1 | <p>Выполнение ходьбы с различным положением рук. Выполнение беговых упражнений. Пробегание под скакалкой, перешагивание, перепрыгивание с одной ноги на другую, перепрыгивание на двух ногах через медленно вращающуюся скакалку</p>         | <p>Выполняют ходьбу с различным положением рук по показу и инструкции учителя. Выполняют прыжки через скакалку на двух, на одной ноге. Играют в подвижную игру после инструкции учителя</p> | <p>Выполняют ходьбу с различным положением рук по показу и инструкции учителя. Выполняют прыжки через скакалку на двух, на одной ноге. Играют в подвижную игру после инструкции учителя</p> | 25.09 |



|    |   |   |  |  |       |
|----|---|---|--|--|-------|
| 11 | Бег с преодолением простейших препятствий | 1 | <p>вперед, с промежуточным подскоком.</p> <p>Подвижная игра с элементами общеразвивающих упражнений</p> <p>Выполнение ходьбы с изменением направлений по ориентирам и командам учителя.</p> <p>Выполнение бега с преодолением простейших препятствий.</p> <p>Подвижная игра с метанием</p> | <p>Выполняют ходьбу с изменением направлений по ориентирам и командам учителя.</p> <p>Выполняют бег с преодолением простейших препятствий.</p> <p>Осваивают и используют игровые умения</p>            | 27.09 |
| 12 | Челночный бег 3х10 м                      | 1 | <p>Выполнение ходьбы с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра.</p> <p>Выполнение беговых упражнений.</p> <p>Выполнение челночного бега, демонстрация техники высокого старта.</p> <p>Метание мячей с места левой и правой рукой</p>                                 | <p>Выполняют ходьбу с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра по показу учителя.</p> <p>Выполняют челночный бег 3х10 м. Выполняют метание мячей с места левой и правой рукой</p> | 28.09 |
| 13 | Прыжок в глубину                          | 1 | <p>Выполнение ходьбы в</p>   | <p>Выполняют ходьбу в</p>  | 02.10 |

|    |   |  |   |  |  |  |
|----|---|--|---|--|--|--|
|    |   | <p>медленном и быстром темпе. Выполнение медленного бега. Выполнение прыжка технически правильно, отталкиваясь и приземляясь. Выполнение беговых упражнений. Метание с места в горизонтальную цель</p> | <p>медленном и быстром темпе. Выполняют прыжки после инструкции и показа учителя. Выполняют метание с места в горизонтальную цель</p>   | <p>медленном и быстром темпе. Выполняют прыжки после инструкции и показа учителя. Выполняют метание с места в горизонтальную цель</p>  | <p>медленном и быстром темпе. Выполняют прыжки после инструкции и показа учителя. Выполняют метание с места в горизонтальную цель</p>  | <p>медленном и быстром темпе. Выполняют прыжки после инструкции и показа учителя. Выполняют метание с места в горизонтальную цель</p>  |
| 14 | Прыжок с 3-5 беговых шагов в длину с разбега                          | 1  | <p>Выполнение ходьбы с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями. Выполнение непрерывного бега средним темпе. Демонстрирование техники прыжка с разбега: правильно разбегаясь, сильно отталкиваясь мягко приземляясь.</p> | <p>Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями. Прыгают в длину с небольшого разбега. Выполняют метание после инструкции и показа учителя</p> | <p>Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями. Прыгают с небольшого разбега в длину. Выполняют метание после инструкции и показа учителя</p> | <p>Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями. Прыгают с небольшого разбега в длину. Выполняют метание после инструкции и показа учителя</p> |
| 15 | Бросок набивного мяча (вес до 1 кг) различными способами двумя руками | 1  | <p>Ходьба со сменной положений рук: вперед, вверх, с хлопками т.д.</p>  | <p>Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения обучающего 2</p>   | <p>Выполняют ходьбу со сменной положений рук: вперед, вверх, с хлопками и</p>  | <p>Выполняют ходьбу со сменной положений рук: вперед, вверх, с хлопками и</p>  |

|    |  |   |  |  |  |  |   |       |
|----|--|---|--|--|--|--|---|-------|
| 16 | Чередование бега и быстрой ходьбы        | 1 | <p>Выполнение быстрого бега наскоро.</p> <p>Определение названия мяча, какие качества развивают упражнения с этим мячом.</p> <p>Выполнение броска, согласовывая движения рук и туловища</p> <p>Выполнение ходьбы змейкой, в полуприседе.</p> <p>Чередование бега и ходьбы по сигналу.</p> <p>Выполнение броска набивного мяча ( вес до 1 кг) различными способами двумя руками</p> | <p>Выполнение быстрого бега наскоро.</p> <p>Определение названия мяча, какие качества развивают упражнения с этим мячом.</p> <p>Выполнение броска, согласовывая движения рук и туловища</p> <p>Выполнение ходьбы змейкой, в полуприседе.</p> <p>Чередование бега и ходьбы по сигналу.</p> <p>Выполнение броска набивного мяча ( вес до 1 кг) различными способами двумя руками</p> | <p>Выполнение быстрого бега наскоро.</p> <p>Определение названия мяча, какие качества развивают упражнения с этим мячом.</p> <p>Выполнение броска, согласовывая движения рук и туловища</p> <p>Выполнение ходьбы змейкой, в полуприседе.</p> <p>Чередование бега и ходьбы по сигналу.</p> <p>Выполнение броска набивного мяча ( вес до 1 кг) различными способами двумя руками</p> | <p>Выполнение быстрого бега наскоро.</p> <p>Определение названия мяча, какие качества развивают упражнения с этим мячом.</p> <p>Выполнение броска, согласовывая движения рук и туловища</p> <p>Выполнение ходьбы змейкой, в полуприседе.</p> <p>Чередование бега и ходьбы по сигналу.</p> <p>Выполнение броска набивного мяча ( вес до 1 кг) различными способами двумя руками</p> | <p>Т.Д.</p> <p>Бросают набивной мяч из различных исходных положений</p>                                       | 09.10 |
| 17 | Прыжки в высоту с места толчком двух ног | 1 | <p>Выполнение ходьбы приставным шагом правое/левое плечо вперед. Выполнение прямойлинейного бега с параллельной постановкой стоп.</p> <p>Выполнение прыжка из правильного</p>  | <p>Удерживают правильное положение тела во время ходьбы (с помощью учителя). Выполняют чередование бега и ходьбы.</p> <p>Бросают набивной мяч из различных исходных положений меньшее количество раз</p>   | <p>Удерживают правильное положение тела во время ходьбы (с помощью учителя). Выполняют чередование бега и ходьбы.</p> <p>Бросают набивной мяч из различных исходных положений меньшее количество раз</p>   | <p>Удерживают правильное положение тела во время ходьбы (с помощью учителя). Выполняют чередование бега и ходьбы.</p> <p>Бросают набивной мяч из различных исходных положений меньшее количество раз</p>   | <p>группы или учителя.</p> <p>Бросают набивной мяч из различных исходных положений меньшее количество раз</p> | 11.10 |



|                             |                     |   |  |   |  |       |
|-----------------------------|---------------------|---|--|---|--|-------|
|                             |                     |   | исходного положения.<br>Метание теннисного мяча с места одной рукой на дальность   |   |  |       |
| <b>Гимнастика – 23 часа</b> |                     |   |  |   |  |       |
| 18                          | Осанка              | 1 | Построение в шеренгу.<br>Выполнение сдачи рапорта дежурным. Беседа о правильной осанке.<br>Выполнение упражнений, направленные на формирование навыка правильной осанки.<br>Подвижная игра с бегом | Получают элементарные теоретические сведения о правильной осанке, зрительно воспринимают и оценивают образец удержания правильной осанки.<br>Выполняют практические задания с заданными параметрами (демонстрируют правильную осанку, упражнения на формирование правильной осанки).  | Получают элементарные теоретические сведения о правильной осанке, зрительно воспринимают и оценивают образец удержания правильной осанки.<br>Выполняют практические задания с заданными параметрами (демонстрируют правильную осанку, упражнения на формирование правильной осанки).<br>Играют в подвижную игру после инструкции учителя | 12.10 |
| 19                          | Физические качества | 1 | Построение в шеренгу.<br>Выполнение сдачи рапорта дежурным. Беседа об основных физических качествах и упражнениях на их развитие   | Получают элементарные теоретические сведения о правильной осанке, зрительно воспринимают и оценивают образец удержания правильной осанки.<br>Выполняют практические задания с заданными параметрами (демонстрируют правильную осанку, подбирают ответы на вопрос по представленным карточкам) с помощью педагога.<br>Участвуют в игре по инструкции учителя | Выполняют построение по команде учителя.<br>Просматривают и рассматривают наглядные материалы, слушают учителя о роли средств гимнастики для развития  | 16.10 |

|    |   |   |  |  |  |       |
|----|---|---|--|--|--|-------|
| 20 | Построение в шеренгу по одному, равнение, перестроение в колонну поодному   | 1 | Игровые задания на нахождение своего места в строю, выполнение строевой стойки, соблюдение интервала, выполнение строевых действий во время равнения, размыкание приставным шагом в сторону. Подвижная игра с бегом колонну поодному | двигательных способностей и физических качеств человека<br>Выполняют упражнение по показу учителя.<br>Участвуют в игре по инструкции учителя<br>выполнение строевых действий во время равнения, размыкание приставным шагом в сторону.<br>Подвижная игра с бегом | двигательных способностей и физических качеств человека<br>Выполняют упражнение по сигналу.<br>Играют в подвижную игру после инструкции учителя  | 18.10 |
| 21 | Перестроение из колонны по одному в колонну по два и из колонны по два в колонну по одному в движении, с поворотом направо и налево | 1 | Игровые задания на нахождение своего места в строю.<br>Перестроение в движении, соблюдение интервала и дистанции.<br>Выполнение общеразвивающих упражнений с большим мячом.<br>Подвижная игра с лазанием                             | Участвуют в игровой деятельности под контролем педагога.<br>Выполняют упражнение по показу учителя, по пошаговой/ поэтапной инструкции педагога.<br>Выполняют упражнения с предметами меньшее количество раз.<br>Осваивают и используют игровые умения           | Выполняют игровые задания по команде учителя. Выполняют упражнение по сигналу/ команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры.<br>Выполняют упражнения с предметами по показу учителя.<br>Осваивают и используют игровые умения | 19.10 |
| 22 | Размыкание от середины на вытянутые руки приставными  | 1 | Выполнение размыкания по команде учителя, выполнение наклонов, поворотов туловища в  | Выполняют основные положения и движения рук, ног, туловища, головы с наименьшим количеством  | Выполняют основные положения и движения рук, ног, туловища, головы после показа  | 23.10 |

|    |  |   |   |   |   |       |
|----|--|---|---|---|---|-------|
|    | шагами вправо, влево. Основные положения и движения рук, ног, туловища, головы: асимметричные движения рук   |   | сочетании с движениями рук и ног, выпадов правой и левой ногой, переходов из упора присев в упор лежа, приседаний, наклонов головы. Подвижная игра с прыжками                   | повторений, по возможности. Осваивают и используют игровые умения   | учителем. Осваивают и используют игровые умения   |       |
| 23 | Повороты «направо», «налево». Ходьба и бег «змейкой»   | I | Ориентирование в схеме своего тела. Совершенствование функции дыхания во время ходьбы и бега  | Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений. Выполняют ходьбу и бег «змейкой»                | Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений. Выполняют ходьбу и бег «змейкой»        | 25.10 |
| 24 | Лазание по гимнастической стенке вверх-вниз разноименным способом, с одновременной перестановкой руки и ноги | I | Выполнение коррегирующих упражнений на дыхание. Выполнение лазания по гимнастической стенке разноименным способом ставя ноги на каждую рейку или через одну. Коррекционная игра | Выполняют коррегирующих упражнений на дыхание. Выполняют упражнения в лазание на меньшую высоту. Участвуют в игре по инструкции учителя | Выполняют коррегирующих упражнений на дыхание. Выполняют упражнения в лазание. Играют в подвижную игру после инструкции учителя | 26.10 |
| 25 | Ползание на четвереньках в медленном темпе по горизонтальной гимнастической скамейке                         | I | Выполнение упражнений на равновесие. Передвижение по гимнастической скамейке, приняв  | Выполняют упражнения в равновесии по показу учителя, по возможности. Выполняют упражнения в ползании,                                   | Выполняют упражнения в равновесии по инструкции учителя. Выполняют упражнения в ползании после инструкции учителя.              | 06.11 |



|    |  |   |  |   |  |       |
|----|--|---|--|---|--|-------|
| 26 | Упражнения с гимнастическими палками         | 1 | <p>правильное положение упора.<br/>Подвижная игра с элементами лазания</p> <p>Выполнение упражнений с гимнастической палкой: удержание гимнастической палки двумя руками хватом снизу и сверху, над головой, на уровне лопаток, перекладывание, поднимание, подбрасывание и ловля, перешагивание.</p>                                | <p>ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы.<br/>Осваивают и используют игровые умения</p> <p>Выполняют упражнения с гимнастической палкой после показа учителем. Выполняют ползание на четвереньках в медленном темпе по горизонтальной гимнастической скамейке по показу учителя</p> | Осваивают и используют игровые умения  | 08.11 |
| 27 | Упражнения на формировании правильной осанки | 1 | <p>Выполнение различных видов ходьбы с изменением положений рук, ходьбы по гимнастической скамейке, перешагивание через предметы.<br/>Эстафеты с мячом</p> <p>Выполняют упражнения для расслабления мышц, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы.<br/>Участвуют в соревновательной деятельности</p> | <p>Выполняют упражнения для расслабления мышц, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы.<br/>Участвуют в соревновательной деятельности</p>   | Выполняют упражнения для расслабления мышц по показу и инструкции учителя. Участвуют в соревновательной деятельности | 09.11 |
| 28 | Тренировка дыхания                           | 1 | <p>Выполнение перестроения из колонны по одному в колонну по два и из колонны по два в колонну</p>   | <p>Выполняют упражнения по показу учителя, по пошаговой/ поэтапной инструкции педагога.</p>   | Выполняют упражнения по сигналу/ команде учителя, ориентируясь на зрительно-   | 13.11 |

|    |  |   |  |   |  |       |
|----|--|---|--|---|--|-------|
| 29 | Ходьба с предметом на голове, сохраняя правильную осанку | I | по одному в движении, с поворотом направо и налево. Выполнение дыхательных упражнений в ходьбе и беге. Коррекционная подвижная игра  | Получают элементарные сведения о правилах дыхания во время ходьбы и бега. Участвуют в игре по инструкции учителя  | получают элементарные сведения о правилах дыхания во время ходьбы и бега. Игры в подвижную игру после инструкции учителя   | 15.11 |
| 30 | Упражнения для развития пространственно-дифференцировки  | I | Выполнение упражнений с гимнастической палкой. Удержание в ходьбе предмета на голове, сохраняя правильную осанку   | Выполняют упражнения с предметом по инструкции учителя. Выполняют ходьбу с предметом на голове, сохраняя правильную осанку по прямому указанию учителя. | Выполняют упражнения с предметом по инструкции учителя. Выполняют ходьбу с предметом на голове, сохраняя правильную осанку | 16.11 |
| 31 | Упражнения для развития точности движений                | I | Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения, выполнение ходы и бега между различными ориентирами, прохождение по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам | Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений с помощью учителя, по возможности                                | Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений по показу учителя                   | 20.11 |

|    |  |   |   |  |  |  |
|----|--|---|---|--|--|--|
|    |  | по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам. Подвижная игра с бегом   |   | ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Участвуют в игре по инструкции учителя  | выполнения учителем. Игры в подвижную игру после инструкции учителя  |  |
| 32 | Упражнения с обручем                       | I<br>Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения, выполнение ходы и бега между различными ориентирами. Выполнение упражнений с предметом: удержание обруча двумя руками, переключивание из одной руки в другую, выполнение различных исходных положений с обручем в руках, наклоны, приседания, прыжки, переступание | I | Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений по показу учителя. Выполняют упражнения с предметами после неоднократного показа по прямому указанию учителя  | 22.11<br>Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений по показу учителя. Выполняют упражнения с предметами после показа учителем |  |
| 33 | Подлезание под препятствием высотой до 1 м | I<br>Выполнение упражнений с обручем. Выполнение подлезания под препятствием, используя способ движения: в опоре на предплечья, попластунски. Эстафеты с обручем  | I | Выполняют упражнения с предметами после неоднократного показа по прямому указанию учителя. Выполняют подлезание под препятствием высотой 40-50 см, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или | 23.11<br>Выполняют упражнения с предметами после показа учителем. Выполняют подлезание под препятствием высотой 40-50 см. Участвуют в соревновательной деятельности        |  |



|    |  |   |   |  |       |  |
|----|--|---|---|--|-------|--|
| 34 | Перелезание через гимнастического козла, гимнастическое бревно   | 1 | Выполнение упражнения в перелезании с опорой на грудь(живот) через препятствия.<br>Подвижная игра с элементами общеразвивающих упражнений             | обучающимися 2 группы.<br>Участвуют в соревновательной деятельности  | 27.11 | Преодолевают препятствия после инструкции учителя.<br>Играют в подвижную игру после инструкции учителя   |
| 35 | Ходьба по гимнастической скамейке прямо, правым, левым боком с различными положениями рук, с мячом в руках, бросанием и ловлей | 1 | Выполнение комплекса упражнений типа зарядки. Сохранение равновесия на ограниченной поверхности, выполняя передвижения, двигательные действия с мячом | Выполняют комплекс меньшее количество повторений.<br>Выполняют ходьбу по гимнастической скамейке прямо, правым, левым боком с различными положениями рук после неоднократного показа по прямому указанию учителя | 29.11 | Выполняют комплекс упражнений по показу учителя.<br>Выполняют ходьбу по гимнастической скамейке прямо, правым, левым боком с различными положениями рук самостоятельно |
| 36 | Ходьба по гимнастической скамейке парами   | 1 | Выполнение упражнений для развития мышц кистей рук и пальцев.<br>Выполнение ходьбы по гимнастической скамейке парами управление равновесием,          | Выполняют упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев по показу учителя.<br>Выполняют упражнения на равновесие по возможности  | 30.11 | Выполняют упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев по показу учителя.<br>Выполняют упражнения на равновесие по показу учителя                                 |

|    |   |   |   |   |  |       |
|----|---|---|---|---|--|-------|
| 37 | Ходьба по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам                  | 1 | взаимодействие слаженно<br>Выполнение упражнений сохранения равновесие и преодолевая препятствия. Подвижная игра с бегом прыжками                                     | Выполняют упражнения на равновесие, преодолевают препятствия с помощью учителя. Участвуют в игре по инструкции учителя            | Выполняют упражнения на равновесие, преодолевают препятствия по инструкции учителя. Игры в подвижную игру после инструкции учителя | 04.12 |
| 38 | Расхождение вдвоем поворотом при встрече на гимнастической скамейке               | 1 | Выполнение упражнений сохранения равновесие при выполнении упражнения на гимнастической скамейке  | Выполняют упражнения на равновесие после неоднократного показа по прямому указанию учителя. Участвуют в игровых заданиях (в паре) | Выполняют упражнения на равновесие после показа учителем. Участвуют в соревновательной деятельности                                | 06.12 |
| 39 | Стойка на одной ноге, другая согнута вперед, руки в различных исходных положениях | 1 | Выполнения упражнения в перелезании с опорой на грудь(живот) через препятствия. Удержание равновесия при выполнении стойки на одной ноге с различными положениями рук | Преодолевают препятствия с помощью учителя, по возможности. Выполняют упражнения в равновесии после неоднократного показа учителя | Преодолевают препятствия после инструкции учителя. Выполняют упражнения на равновесие  | 07.12 |
| 40 | Переноска грузов  | 1 | Выполнение упражнений с   | Выполняют упражнения с предметами после   | Выполняют упражнения с предметами после показа   | 11.12 |

|    |   |   |  |  |   |
|----|---|---|--|--|---|
|    |   |   | <p>обручем.<br/>Выполнение подлезания под препятствием, используя способ движения: в опоре на предплечья, попластунски. Выполнение упражнений в переноске набивных мячей, общим весом до 5 кг на расстоянии 10-15 м, матов, скамеек</p>  | <p>неоднократного показа по прямому указанию учителя<br/>Выполняют подлезание под препятствием высотой 40-50 см, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы.<br/>Переносят груз и передают предметы с помощью учителя</p>   | <p>учителем.<br/>Выполняют подлезание под препятствием высотой 40-50 см.<br/>Переносят груз и передают предметы</p>   |
| 41 | Игры с элементами корригирующих упражнений:<br>«Ловишки-хвостики»,<br>«Салки» | 1 | <p>Подвижные игры на выполнение упражнений в беге в различных направлениях, на скорость не наталкиваясь, друг на друга, выполнение действий по сигналу и согласно правилам игры.<br/>Выполнение общеразвивающих упражнений с малыми мячами. Выполнение ходьбы по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам.</p> | <p>Выполняют общеразвивающие упражнения с предметами меньшее количество повторений.<br/>Выполняют ходьбу по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам с помощью педагога.<br/>Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя)</p> | <p>13.12<br/>Выполняют общеразвивающие упражнения с предметами.<br/>Выполняют ходьбу по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам.<br/>Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя</p> |



|    |   |   |   |  |  |       |
|----|---|---|---|--|--|-------|
| 42 | Игры с элементами корригирующих упражнений:<br>«Ловишки-хвостики»,<br>«Салки» | 1 | Подвижные игры на выполнение упражнений в беге в различных направлениях, на скорость не наталкиваясь, друг на друга, выполнение действий по сигналу и согласно правилам игры.<br>Выполнение общеразвивающих упражнений с мячами. Выполнение ходьбы по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам. | Выполняют общеразвивающие упражнения с предметами меньшее количество повторений.<br>Выполняют ходьбу по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам с помощью педагога.<br>Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя) | Выполняют общеразвивающие упражнения с предметами. Выполняют ходьбу по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам. Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя | 14.12 |
| 43 | Игры на развитие внимания, памяти, точности движений:<br>«Школа мяча»         | 1 | Выполнение упражнений со скакалкой.<br>Бросание и ловля мяча из разных положений, двумя руками, правой и левой рукой.<br>Выполнение прыжков через скакалку на двух ногах.   | Выполняют упражнения со скакалкой по возможности.<br>Осваивают и используют игровые умения.<br>Осваивают прыжки через скакалку по возможности  | Выполняют упражнения со скакалкой по показу учителя. Осваивают и используют игровые умения.<br>Прыгают через скакалку над двух ногами  | 18.12 |
| 44 | Игры на развитие внимания, памяти,  | 1 | Выполнение упражнений со скакалкой по   | Выполняют упражнения со скакалкой по показу учителя  | Выполняют упражнения со скакалкой по показу учителя  | 20.12 |

|                              |  |   |   |  |   |       |
|------------------------------|--|---|---|--|---|-------|
|                              | точности движений:<br>«Школа мяча»   |   | скакалкой.<br>Бросание и ловля мяча из разных положений, двумя руками, правой и левой рукой.<br>Выполнение прыжков через скакалку на двух ногах.  | возможности.<br>Осваивают и используют игровые умения.<br>Осваивают прыжки через скакалку по возможности   | учителя. Осваивают и используют игровые умения.<br>Прыгают через скакалку надвух ногах  |       |
| <b>Гимнастика – 18 часов</b> |  |   |   |  |   |       |
| 45                           | Ходьба в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук | 1 | Выполнение построения в шеренгу и слача рапорта дежурным.<br>Закрепление ходьбы, сохраняя правильное положение тела.<br>Выполнение комплекса утренней гимнастики.<br>Выполнение бега в медленном темпе 80-100 м.<br>Выполнение прыжков через шнур, начерченную линию. Подвижная игра с бросанием мяча | Выполняют построение по показу учителя.<br>Выполняют ходьбу (под контролем учителя).<br>Выполняют общеразвивающие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя.<br>Выполняют медленный бег за наиболее физически развитым обучающимся из 2 группы, ориентируясь на его пример. Осваивают и используют игровые умения | Выполняют построение по сигналу учителя.<br>Осваивают и выполняют ходьбу в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук.<br>Выполняют общеразвивающие упражнения после показа учителя.<br>Выполняют медленный бег. Осваивают и используют игровые умения | 21.12 |
| 46                           | Бег с изменением темпа   | 1 | Выполнение слачи рапорта.<br>Закрепление выполнения   | Выполняют строевые действия по   | Выполняют по показу учителя упражнения для  | 25.12 |

|    |                        |   |   |   |  |
|----|------------------------|---|---|---|--|
|    |                        | <p>бега в колонне правильно держа туловище, работая руками, ставя стопу на носок, свободно двигаясь. Выполнение общеразвивающих упражнений со скакалкой. Коррекционная игра</p>   | <p>пошаговой/ поэтапной инструкции педагога. Удерживают правильное положение тела во время бега (с помощью учителя, при необходимости пошаговая инструкция учителя). Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения с предметом по показу. Участвуют в игре по инструкции учителя</p>                                | <p>развития переключаемости движений. Удерживают правильное положение тела во время бега. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения с предметом. Играют в подвижную игру после инструкции учителя</p>   |  |
| 47 | Бег с изменением темпа | <p>1</p> <p>Выполнение сдачи рапорта. Закрепление выполнения бега в колонне правильно держа туловище, работая руками, ставя стопу на носок, свободно двигаясь. Выполнение общеразвивающих упражнений со скакалкой. Коррекционная игра</p> | <p>Выполняют строевые действия по пошаговой/ поэтапной инструкции педагога. Удерживают правильное положение тела во время бега (с помощью учителя, при необходимости пошаговая инструкция учителя). Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения с предметом. Играют в подвижную игру после инструкции учителя</p> | <p>27.12</p> <p>Выполняют по показу учителя упражнения для развития переключаемости движений. Удерживают правильное положение тела во время бега. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения с предметом. Играют в подвижную игру после инструкции учителя</p> |  |



|    |                    |   |   |  |   |       |
|----|--------------------|---|---|--|---|-------|
| 48 | Беговые упражнения | 1 | Выполнение ходьбы с изменением скорости.<br>Выполнение бега в заданном направлении.<br>Ознакомление с названием беговых упражнений и их выполнение.<br>Эстафета с бегом | Выполняют ходьбу с изменением скорости.<br>Выполняют различные виды бега: на носках, с высоким подниманием бедра и захлестыванием голени назад.<br>Выполняют беговые упражнения.<br>Участвуют в соревновательной деятельности                          | упражнения с предметом по показу.<br>Участвуют в игре по инструкции учителя<br>Выполняют ходьбу с изменением скорости.<br>Выполняют различные виды бега: на носках, с высоким подниманием бедра и захлестыванием голени назад.<br>Осваивают беговые упражнения в уменьшенном расстоянии.<br>Участвуют в соревновательной деятельности | 28.12 |
| 49 | Беговые упражнения | 1 | Выполнение ходьбы с изменением скорости.<br>Выполнение бега в заданном направлении.<br>Ознакомление с названием беговых упражнений и их выполнение.<br>Эстафета с бегом | Выполняют ходьбу с изменением скорости.<br>Выполняют различные виды бега: на носках, с высоким подниманием бедра и захлестыванием голени назад.<br>Осваивают беговые упражнения в уменьшенном расстоянии.<br>Участвуют в соревновательной деятельности | Выполняют ходьбу с изменением скорости.<br>Выполняют различные виды бега: на носках, с высоким подниманием бедра и захлестыванием голени назад.<br>Выполняют беговые упражнения.<br>Участвуют в соревновательной деятельности   | 08.01 |
| 50 | Ускорения до 30 м  | 1 | Выполнение ходьбы перекатом пятки на  | Выполняют ходьбу перекатом с пятки на носок.   | Выполняют ходьбу перекатом с пятки на носок.  | 10.01 |

|    |                                   |   |   |  |   |   |
|----|-----------------------------------|---|---|--|---|---|
|    |                                   |   |   | <p>носок.<br/>Чередование бега и ходьбы нарастающей.<br/>Повторение низкого старта, пробегание с максимальной возможной скоростью и по возможности не снижением ее до финиша.<br/>Коррекционная подвижная игра</p> | <p>носок. Выполняют бег низкого старта.<br/>Участвуют в игре по инструкции учителя</p>  | <p>Выполняют бег с низкого старта.<br/>Играют в подвижную игroup после инструкции учителя</p> |
| 51 | Ускорения до 30 м                 | I | <p>Выполнение ходьбы перекатом с пятки на носок.<br/>Чередование бега и ходьбы нарастающей.<br/>Повторение низкого старта, пробегание с максимальной возможной скоростью и по возможности не снижением ее до финиша.<br/>Коррекционная подвижная игра</p> | 11.01  | <p>Выполняют ходьбы перекатом с пятки на носок.<br/>Выполняют бег с низкого старта.<br/>Играют в подвижную игroup после инструкции учителя</p>    |   |
| 52 | бега и Чередование быстрой ходьбы | I | <p>Выполнение ходьбы змейкой, в полуприседе.<br/>Чередование бега и ходьбы по сигналу.<br/>Выполнение броска набивного мяча ( вес до 1 кг) различными способами двумя</p>   | 15.01  | <p>Выполняют ходьбу змейкой, в полуприседе.<br/>Выполняют чередование бега и ходьбы.<br/>Бросают набивной мяч из различных исходных положений</p> |   |

|    |  |   |   |   |       |
|----|--|---|---|---|-------|
| 53 | бега и Чередование быстрой ходьбы                  | 1 | руками<br>Выполнение ходьбы змейкой, в полуприседе.<br>Чередование бега и ходьбы посигналу.<br>Выполнение броска набивного мяча ( вес до 1 кг) различными способами двумя руками  | положений меньше количество раз<br>Удерживают правильное положение тела во время ходьбы (с помощью учителя). Выполняют чередование бега и ходьбы.<br>Бросают набивной мяч из различных исходных положений | 17.01 |
| 54 | Игры с метанием мяча «Подвижная цель», «Обгонимяч» | 1 | Ходьба с хлопками.<br>Выполнение упражнений с волейбольным мячом.<br>Подвижные игры на выполнение передачи – ловли мяча, согласование своих действия с действиями других игроков, соизмерение бросков с расстоянием до цели | Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем.<br>Выполняют 5-6 упражнения с мячом. Осваивают и используют игровые умения   | 18.01 |
| 55 | Игры с метанием мяча «Подвижная цель», «Обгонимяч» | 1 | Ходьба с хлопками.<br>Выполнение упражнений с волейбольным мячом.<br>Подвижные игры   | Выполняют ходьбу попоказу учителя.<br>Выполняют упражнения по инструкции учителя.<br>Осваивают и используют игровые умения  | 22.01 |



|    |   |   |  |  |  |       |
|----|---|---|--|--|--|-------|
| 56 | Подвижные игры на развитисосновных движений- бега: «Пусто место», «Бездомныйзаяц» | 1 | на выполнение передачи – ловли мяча, согласование свои действия с действиями других игроков, соизмерение бросков срасстоянием до цели  | используют игровые умения  | игровые умения   |       |
| 57 | Подвижные игры на развитисосновных движений- бега: «Пусто место», «Бездомныйзаяц» | 1 | Выполнение ходьбы с различным положением рук.<br>Выполнение беговых упражнений.<br>Подвижные игры на выполнение бега в различных направлениях, быстрое ориентирование в пространстве | Выполняют ходьбу с различнымположением рук по показу и инструкции учителя.<br>Участвуют в различных видах игр поинструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальнаяинструкция учителя) | Выполняют ходьбу с различным положением рук по показу и инструкции учителя.<br>Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя | 24.01 |
| 57 | Подвижные игры на развитисосновных движений- бега: «Пусто место», «Бездомныйзаяц» | 1 | Выполнение ходьбы с различным положением рук.<br>Выполнение беговых упражнений.<br>Подвижные игры на выполнение бега в различных   | Выполняют ходьбу с различнымположением рук по показу и инструкции учителя.<br>Участвуют в различных видах игр поинструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный  | Выполняют ходьбу с различным положением рук по показу и инструкции учителя.<br>Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя | 25.01 |

|    |  |   |  |  |       |
|----|--|---|--|--|-------|
| 58 | Подвижные игры на развитие основных движений-прыжков: «Волк во рву», «Рыбаки ирыбки» | 1 | направлений, быстро ориентирование в пространстве  | показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя)  | 29.01 |
| 59 | Подвижные игры на развитие основных движений-прыжков: «Волк во рву», «Рыбаки ирыбки» | 1 | Выполнение медленного бега с сохранением правильной осанки. Выполнение общеразвивающих упражнений с мячами. Выполнение прыжков на одной ноге на месте и с продвижением. Подвижные игры на взаимодействие согласноразвилам игры, перепрыгивание через препятствия | Удерживают правильное положение тела во время бега (пооперационный контроль выполнения действий). Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения с предметом. Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя | 31.01 |
|    |  |   | Выполнение медленного бега с сохранением правильной осанки. Выполнение общеразвивающих упражнений с мячами. Выполнение прыжков на одной ноге на месте и с продвижением.  | Удерживают правильное положение тела во время бега (пооперационный контроль выполнения действий). Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения с предметом. Участвуют в различных видах игр после                             |       |

|    |                |   |   |   |  |       |
|----|----------------|---|---|---|--|-------|
| 60 | Эстафета мячом | 1 | Подвижные игры на взаимодействие согласно правилам игры, перепрыгивание через препятствия<br>Выполнение ходьбы змейкой, вполуприседе. Чередование бега и ходьбы по сигналу.<br>Выполнение броска набивного мяча (вес до 1 кг) различными способами двумя руками.<br>Эстафеты на взаимодействие с товарищами | показу. Участвуют в подвижной игре под контролем учителя  | инструкции и показа учителя  | 01.02 |
| 61 | Эстафета мячом | 1 | Выполнение ходьбы змейкой, вполуприседе. Чередование бега и ходьбы по сигналу.<br>Выполнение броска набивного мяча (вес до 1 кг) различными способами двумя руками.<br>Эстафеты на взаимодействие с товарищами  | Удерживают правильное положение тела во время ходьбы (с помощью учителя). Выполняют чередование бега и ходьбы. Бросают набивной мяч из различных исходных положений меньшее количество раз. Осваивают и используют игровые умения | Выполняют ходьбу змейкой, в полуприседе. Выполняют чередование бега и ходьбы. Бросают набивной мяч из различных исходных положений.<br>Осваивают и используют игровые умения | 05.02 |
| 62 | Эстафета мячом | 1 | Выполнение ходьбы змейкой, вполуприседе. Чередование бега и ходьбы по сигналу.  | Удерживают правильное положение тела во время ходьбы (с помощью учителя). Выполняют чередование бега и ходьбы. Бросают набивной мяч из различных исходных положений меньшее количество раз. Осваивают и используют игровые умения | Выполняют ходьбу змейкой, в полуприседе. Выполняют чередование бега и ходьбы. Бросают набивной мяч из различных исходных положений.<br>Осваивают и используют игровые умения | 07.02 |



|                       |   |   |   |   |   |       |
|-----------------------|---|---|---|---|---|-------|
|                       |   |   | Выполнение броска набивного мяча (вес до 1 кг) различными способами двумя руками. Эстафеты на взаимодействие с товарищами   | чередование бега и ходьбы. Бросают набивной мяч из различных исходных положений меньшее количество раз. Осваивают и используют игровые умения   | различных исходных положений. Осваивают и используют игровые умения   |       |
| <b>Игры – 22 часа</b> |   |   |   |   |   |       |
| 63                    | Значение и основные правила закаливания | 1 | Беседа об основных средствах исправления закаливания организма. Передвижение, исполнение команд в колонне сохраняя дистанцию и равнение в затылок. Знакомство с бегом в чередовании с ходьбой. Подвижная игра на внимание | Отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорных поощрений. Выполняют построение с помощью педагога. Отвечают на вопросы односложно. Передвигаются в колонне бегом в чередовании с ходьбой по указанию учителя. Участвуют в подвижной игре по инструкции учителя | Отвечают на вопросы по прослушанному материалу. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, колонну, круг, осваивают строевые действия в шеренге и колонне. Осваивают правила игры | 08.02 |
| 64                    | Значение утренней гимнастики            | 1 | Выполнение поворотов на месте налево и направо переступанием. Выполнение ритмичной ходьбы сохранение заданного темпа ходьбы. Выполнение общеразвивающих   | Выполняют простые виды построений, осваивают на доступном уровне строевые действия в шеренге и колонне (с помощью учителя). Выполняют ходьбу с изменением скорости. Выполняют практические  | Выполняют построения и перестроения в шеренгу, колонну, осваивают действия в шеренге и колонне. Выполняют ходьбу с изменением скорости. Выполняют практические                        | 12.02 |

|    |  |   |  |  |   |       |
|----|--|---|--|--|---|-------|
| 65 | Перемещение на площадке в пионерболе, прием и передача мяча двумя руками у стены и в парах | I | Знакомство с игрой пионербол. Выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев. Выполнение перемещений на площадке игроков в пионерболе, выполнение приема и передачи мяча двумя руками у стены и в парах | Задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики) с помощью педагога. Участвуют в подвижной игре по инструкции и показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий | Задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики). Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя | 14.02 |
| 66 | Бросок мяча через сетку одной рукой и ловля двумя руками после подачи                      | I | Выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев. Освоение перемещений на площадке игроков в пионерболе. Выполнение бросков мяча через сетку одной рукой и  | Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев (по возможности). Выполняют перемещения на площадке с помощью педагога. Осваивают и используют игровые умения (взаимодействие с партнером)      | Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев. Выполняют перемещения на площадке. Осваивают и используют игровые умения        | 15.02 |

|    |   |   |  |  |  |       |
|----|---|---|--|--|--|-------|
| 67 | Изучение техники подачи мяча в пионерболе | 1 | ловля двумя руками после подачи<br>Выполнение перемещений на площадке игроков в пионерболе, выполнение приема и передачи мяча двумя руками у стены и в парах.<br>Выполнение подачи мяча в игре | Выполняют перемещения на площадке с помощью педагога.<br>Выполняют прием и передачу мяча у стены по инструкции и показа учителя.<br>Осваивают и используют игровые умения (подача мяча в пионерболе) | Выполняют перемещения на площадке с помощью педагога.<br>Выполняют прием и передачу мяча в паре.<br>Осваивают и используют игровые умения (подача мяча в пионерболе) | 19.02 |
| 68 | Изучение техники подачи мяча в пионерболе | 1 | Выполнение перемещений на площадке игроков в пионерболе, выполнение приема и передачи мяча двумя руками у стены и в парах.<br>Выполнение подачи мяча в игре                                    | Выполняют перемещения на площадке с помощью педагога.<br>Выполняют прием и передачу мяча у стены по инструкции и показа учителя.<br>Осваивают и используют игровые умения (подача мяча в пионерболе) | Выполняют перемещения на площадке с помощью педагога.<br>Выполняют прием и передачу мяча в паре.<br>Осваивают и используют игровые умения (подача мяча в пионерболе) | 21.02 |
| 69 | Изучение техники подачи мяча в пионерболе | 1 | Выполнение перемещений на площадке игроков в пионерболе, выполнение приема и передачи мяча двумя руками у стены и в парах.   | Выполняют перемещения на площадке с помощью педагога.<br>Выполняют прием и передачу мяча у стены по инструкции и показа учителя.   | Выполняют перемещения на площадке с помощью педагога.<br>Выполняют прием и передачу мяча в паре.<br>Осваивают и используют игровые умения (подача мяча в пионерболе) | 22.02 |



|    |                                       |   |  |  |  |                    |  |       |
|----|---------------------------------------|---|--|--|--|--------------------|--|-------|
| 70 | Розыгрыш мячана три паса в пионерболе | 1 | Выполнение подачи мяча в игре  | Выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев. Освоение перемещений на площадке игроков в пионерболе. Выполнение приема и передач мяча двумя руками у стены и в парах. Определение способов розыгрышей мяча на три паса в пионерболе | учителя. Осваивают и используют игровые умения (подача мяча в пионерболе)  | мяча в пионерболе) | Выполняют упражнения на развитие мышц кистей руки пальцев. Выполняют перемещения на площадке. Выполняют упражнения с мячом после инструкции и показа учителя | 26.02 |
| 71 | Розыгрыш мячана три паса в пионерболе | 1 | Выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев. Освоение перемещений на площадке игроков в пионерболе. Выполнение приема и передач мяча двумя руками у стены и в парах. Определение способов розыгрышей мяча на три паса в пионерболе | Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев (по возможности). Выполняют перемещения на площадке с помощью педагога. Выполняют упражнения с мячом по инструкции и по показу учителя  | Выполняют упражнения на развитие мышц кистей руки пальцев. Выполняют перемещения на площадке. Выполняют упражнения с мячом после инструкции и показа учителя | 28.02              |  |       |

|    |  |   |  |  |  |       |
|----|--|---|--|--|--|-------|
| 72 | Розыгрыш мяча на три паса в пионерболе | 1 | <p>Выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев. Освоение перемещений на площадке игроков в пионерболе. Выполнение приема и передача мяча двумя руками у стены и в парах. Определение способов розыгрышей мяча на три паса в пионерболе</p> | <p>Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев (по возможности). Выполняют перемещения на площадке с помощью педагога. Выполняют упражнения с мячом по инструкции и по показу учителя</p>               | <p>Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев. Выполняют перемещения на площадке. Выполняют упражнения с мячом после инструкции и показа учителя</p>   | 29.02 |
| 73 | Учебная игра в пионербол               | 1 | <p>Выполнение бросков мяча через сетку одной рукой и ловля двумя руками после подачи. Выполнение игровых действий соблюдая правила игры</p>  | <p>Выполняют упражнения с мячом по инструкции и по показу учителя. Осваивают и используют элементарные игровые технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником)</p> | <p>Выполняют упражнения с мячом после инструкции и показа учителя. Осваивают и используют элементарные игровые технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником)</p> | 04.03 |
| 74 | Учебная игра в пионербол               | 1 | <p>Выполнение бросков мяча через сетку одной рукой и ловля двумя руками после подачи. Выполнение игровых действий соблюдая правила игры</p>  | <p>Выполняют упражнения с мячом по инструкции и по показу учителя. Осваивают и используют элементарные игровые технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником)</p> | <p>Выполняют упражнения с мячом после инструкции и показа учителя. Осваивают и используют элементарные игровые технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником)</p> | 06.03 |

|    |   |   |   |   |  |       |
|----|---|---|---|---|--|-------|
| 75 | Учебная игра в пионербол  | 1 | Выполнение бросков мяча через сетку одной рукой и ловля двумя руками после подачи. Выполнение игровых действий, соблюдая правила игры   | партнером, командой и соперником)<br>Выполняют упражнения с мячом по инструкции и по показу учителя. Осваивают и используют элементарные игровые технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником)  | партнером, командой и соперником)<br>Выполняют упражнения с мячом по инструкции и по показу учителя. Осваивают и используют элементарные игровые технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником) | 07.03 |
| 76 | Игры с элементами общеразвивающих и корригирующих упражнений: «Фигур», «Светофор» | 1 | Выполнение ходьбы со сменой положения рук. Выполнение упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп. Подвижные игры на освоение основных цветов, выполнение действий по сигналу учителя, выполнение перебежек | Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя. Выполняют упражнения наименьшее количество раз. Участвуют в различных видах игр по показу учителя, ориентируясь на позапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя) | Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя. Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя. Участвуют в различных видах игр по инструкции и показу учителя  | 11.03 |
| 77 | Игры с метанием мяча «Подвижная цель», «Обгоним мяч»                              | 1 | Ходьба с хлопками. Выполнение упражнений с волейбольным мячом.  | Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют 5-6  | Выполняют ходьбу по показу учителя. Выполняют упражнения по инструкции учителя.  | 13.03 |



|    |   |   |   |  |  |       |
|----|---|---|---|--|--|-------|
| 78 | Подвижные игры на развитие основных движений - бега: «Пусто место», «Бездомный заяц»    | I | Подвижные игры на выполнение передачи – ловли мяча, согласование свои действия с действиями других игроков, соизмерение бросков с расстоянием до цели<br><br>Выполнение ходьбы с различным положением рук.<br>Выполнение беговых упражнений.<br>Подвижные игры на выполнение бега в различных направлениях, быстрое ориентирование в пространстве | упражнения с мячом. Осваивают и используют игровые умения  | Осваивают и используют игровые умения  | 14.03 |
| 79 | Подвижные игры на развитие основных движений - прыжков: «Волк во рву», «Рыбаки и рыбки» | I | Выполнение медленного бега с сохранением правильной осанки.<br>Выполнение общеразвивающих упражнений с мячами прыжков на одной ноге на месте и с  | Выполняют ходьбу с различным положением рук по показу и инструкции учителя.<br>Участвуют в различных видах игр по инструкции и показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя) | Выполняют ходьбу с различным положением рук по показу и инструкции учителя.<br>Участвуют в различных видах игр после инструкции и показу учителя | 18.03 |

|    |  |   |   |   |  |       |
|----|--|---|---|---|--|-------|
| 80 | Подвижные игры на развитиеосновных движений- перелезания: «Наседка ицыплята», «Зайцы, сторожи Жучка» | 1 | <p>продвижением.<br/>Подвижные игры на взаимодействие согласно правилам игры, перепрыгивание через препятствия</p> <p>Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения, выполнение ходы ибега между различными ориентирами.<br/>Выполнение упражнений с обручем. Перелезание черезпрепятствия различным</p> | <p>упражнения спредметом по показу. Участвуют в подвижной игре под контролем учителя</p> <p>Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений с помощью учителя, по возможности. Выполняют упражнения с предметами после неоднократногопоказа по прямому указанию учителя. Осваивают и используют игровые умения</p> | <p>видах игр после инструкции и показа учителя</p> <p>Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений по показу учителя.<br/>Выполняют упражнения с предметами после показа учителем.</p> | 20.03 |
| 81 | Подвижные игры на развитиеосновных движений- перелезания: «Наседка ицыплята», «Зайцы, сторожи Жучка» | 1 | <p>способом в зависимости от высоты</p>   | <p>Осваивают и используют игровые умения</p>  | <p>Осваивают и используют игровые умения</p>   | 21.03 |
| 82 | Эстафета смячом  | 1 | <p>Выполнение ходьбы змейкой, вполуприседе.<br/>Чередование бега и ходьбы посигналу.<br/>Выполнение броска набивногомяча (вес до 1 кг) различнымиспособами двумя руками.<br/>Эстафеты на</p>  | <p>Удерживают правильное положение тела во время ходьбы (с помощью учителя). Выполняют чередование бега и ходьбы. Бросают набивной мяч из различныхисходных положений меньшее количество раз.</p>   | <p>Выполняют ходьбу змейкой, в полуприседе.Выполняют чередованиебега и ходьбы. Бросают набивной мяч из различных исходных положений.<br/>Осваивают и используют игровые умения</p>   | 01.04 |

|    |                                |   |   |   |  |       |
|----|--------------------------------|---|---|---|--|-------|
| 83 | Подвижная игра «Филин ипташки» | 1 | взаимодействие с товарищами<br>Выполнение ходьбы с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями.<br>Выполнение непрерывного бега средним темпе.<br>Подвижная игра на выполнении прыжков с предметом приподнятых над землей, быстрое ориентирование в пространстве, взаимодействие согласно правилам игры | Осваивают и используют игровые умения<br>Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями по показу учителя. Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя) | Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями.<br>Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя   | 03.04 |
| 84 | Подвижная игра «Бой петухов»   | 1 | Выполнение упражнений сохранив равновесие и преодолевая препятствия.<br>Подвижная игра на взаимодействии согласно правилам игры   | Выполняют упражнения на равновесие, преодолевают препятствия с помощью учителя. Осваивают и используют элементарные игровые технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником)   | Выполняют упражнения на равновесие, преодолевают препятствия по инструкции учителя.<br>Осваивают и используют элементарные игровые технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником) | 04.04 |
| 85 | Техника бега по дистанции      | 1 | Выполнение ходьбы с перешагиванием через большие мячи с высоким   | <b>Легкая атлетика – 18 часов</b>   |  |       |
|    |                                |   | Выполнение ходьбы с перешагиванием через большие мячи с высоким   | Выполняют ходьбу с изменением направлений по ориентирам и командам  | Выполняют ходьбу с перешагиванием через большие мячи с высоким   | 08.04 |



|    |                           |   |  |   |  |       |
|----|---------------------------|---|--|---|--|-------|
| 86 | Техника бега по дистанции | I | <p>подниманием бедра. Выполнение беговых упражнений. Выполнение прямойногобега на носках с хорошей осанкой</p> <p>Выполнение ходьбы с перешагиванием через большиемячи с высоким подниманием бедра. Выполнение беговых упражнений. Выполнение прямойногобега на носках с хорошей осанкой</p> | <p>учителя. Выполняют прямойногий бег с параллельной постановкой стоп</p> <p>Выполняют ходьбу с изменениемнаправлений по ориентирам и командам учителя. Выполняют прямойногий бег с параллельной постановкой стоп</p> | <p>подниманием бедра по инструкции учителя. Выполняют прямойногий бег с параллельной постановкойстоп</p> <p>Выполняют ходьбу с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра по инструкции учителя. Выполняют прямойногий бег с параллельной постановкойстоп</p> | 10.04 |
| 87 | Техника высокого старта   | I | <p>Выполнение ходьбы с перешагиванием через большиемячи с высоким подниманием бедра. Выполнение беговых упражнений. Выполнение высокого старта, вовремя начинать бег</p>   | <p>Выполняют ходьбу с изменениемнаправлений по ориентирам и командам учителя. Начинают бег с высокого старта</p>  | <p>Выполняют ходьбу с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра по инструкции учителя. Начинают бег с высокого старта</p>  | 11.04 |
| 88 | Техника высокого старта   | I | <p>Выполнение ходьбы с перешагиванием через большиемячи с высоким подниманием бедра. Выполнение беговых упражнений. Выполнение высокого старта, вовремя начинать</p>   | <p>Выполняют ходьбу с изменениемнаправлений по ориентирам и командам учителя. Начинают бег с высокого старта</p>  | <p>Выполняют ходьбу с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра по инструкции учителя. Начинают бег с высокого старта</p>  | 15.04 |

|    |   |   |  |  |   |  |       |
|----|---|---|--|--|---|--|-------|
| 89 | Техника низкого старта                      | 1 | бег  | Выполнение ходьбы перекатом с пятки на носок.  | Выполняют ходьбы перекатом с пятки на носок. Осваивают бег с низкого старта, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя). Участвуют в игре по инструкции учителя. | Выполняют ходьбы перекатом с пятки на носок. | 17.04 |
| 90 | Техника низкого старта                      | 1 | Чередование бега и ходьбы нарастающим. Освоение техники низкого старта, пробегание с максимальной возможной скоростью и по возможности неснижение ее до финиша. Коррекционная подвижная игра | Выполняют бег с низкого старта. Играют в подвижную игру после инструкции учителя.  |   |  | 18.04 |
| 91 | Прыжок в высоту с 3-5 беговых шагов разбега | 1 | Выполнение ходьбы с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями. Выполнение непрерывного бега средним темпе. Демонстрирование техники прыжка в высоту.                           | Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями по показу учителя. Осваивают прыжок в высоту с прямого разбега способом «перешагивание», ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя). | Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями. Прыгают в высоту с прямого разбега способом «перешагивание» после показа учителем   |  | 22.04 |
| 92 | Прыжок в высоту с 3-5 беговых шагов разбега | 1 | Выполнение ходьбы с упражнениями для рук в чередовании с другими   | Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими  | Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими   |  | 24.04 |

|    |   |   |  |   |  |       |
|----|---|---|--|---|--|-------|
| 93 | Метание теннисного мяча правой и левой рукой в цель | I | <p>двиганиями.<br/>Выполнение непрерывного бега средним темпе.<br/>Демонстрирование техники прыжка в высоту.</p>   | <p>двиганиями по показу учителя. Осваивают прыжок в высоту с прямого разбега способом «перешагивание», ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя).</p> | <p>двиганиями.<br/>Прыгают в высоту с прямого разбега способом «перешагивание» после показа учителем</p>                       | 25.04 |
| 94 | Метание теннисного мяча правой и левой рукой в цель | I | <p>Выполнение ходьбы с изменением направлений по ориентирам и командам учителя.<br/>Выполнение бега с преодолением простейших препятствий.<br/>Метание теннисного мяча в цель правой и левой рукой</p> | <p>Выполняют ходьбу с изменением направлений по ориентирам и командам учителя.<br/>Выполняют бег с преодолением простейших препятствий. Выполняют метание теннисного мяча в цель по показу</p>  | <p>Выполняют ходьбу с изменением направлений по ориентирам и командам учителя.<br/>Выполняют бег с преодолением простейших</p> | 02.05 |



|    |                                      |   |   |   |   |       |
|----|--------------------------------------|---|---|---|---|-------|
| 95 | Метание теннисного мяча на дальность | I | <p>Выполнение ходьбы с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями.</p> <p>Выполнение непрерывного бега средним темпе.</p> <p>Метание теннисного мяча на дальность с места правой и левой рукой</p> | <p>Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями по показу учителя. Удерживают правильное положение учителя в процессе выполнения метания(под контролем учителя)</p> | <p>Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями. Удерживают правильное положение тела в процессе выполнения метания</p> | 06.05 |
| 96 | Метание теннисного мяча на дальность | I | <p>Выполнение ходьбы с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями.</p> <p>Выполнение непрерывного бега средним темпе.</p> <p>Метание теннисного мяча на дальность с места правой и левой рукой</p> | <p>Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями по показу учителя. Удерживают правильное положение учителя в процессе выполнения метания(под контролем учителя)</p> | <p>Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями. Удерживают правильное положение тела в процессе выполнения метания</p> | 08.05 |
| 97 | Метание теннисного мяча на дальность | I | <p>Выполнение ходьбы с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями.</p> <p>Выполнение непрерывного бега средним темпе.</p> <p>Метание теннисного мяча на дальность с места правой и левой рукой</p> | <p>Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями по показу учителя. Удерживают правильное положение учителя в процессе выполнения метания(под контролем учителя)</p> | <p>Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями. Удерживают правильное положение тела в процессе выполнения метания</p> | 13.05 |
| 98 | Эстафетный бег                       | I | <p>Выполнение ходьбы со сменой положения рук. Выполнение упражнений для укрепления голеностопных суставов и</p>   | <p>Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя. Выполняют упражнения наименьшее количество раз.</p>  | <p>Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя. Выполняют упражнения по инструкции и показу</p>  | 15.05 |

|     |  |   |  |   |   |       |
|-----|--|---|--|---|---|-------|
| 99  | Эстафетный бег   | 1 | <p>стоп.<br/>Преодоление своего этапа и передача эстафетной палочки участнику своей команды</p> <p>Выполнение ходьбы со сменной положеия рук.<br/>Выполнение упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп.<br/>Преодоление своего этапа и передача эстафетной палочки участнику своей команды</p> | <p>Участвуют в соревновательной деятельности по возможности (участвуют в эстафете)</p> <p>Выполняют ходьбу со сменной положеия рук под контролем учителя.<br/>Выполняют упражнения наименьшее количество раз.<br/>Участвуют в соревновательной деятельности по возможности (участвуют в эстафете)</p> | <p>учителя. Участвуют в соревновательной деятельности (участвуют в эстафете)</p> <p>Выполняют ходьбу со сменной положеия рук по показу учителя.<br/>Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя. Участвуют в соревновательной деятельности (участвуют в эстафете)</p> | 16.05 |
| 100 | Бег на скорость до 60 м  | 1 | <p>Выполнение беговых упражнений.<br/>Выполнение ускорения на дистанции в 30 м с низкого старта</p>  | <p>Выполняют специально-беговые упражнения (по возможности) на укороченной дистанции.<br/>Выполняют бег с низкого старта на меньшей дистанции</p>   | <p>Выполняют специально-беговые упражнения по показу учителя и инструкции. Выполняют бег с низкого старта</p>   | 20.05 |
| 101 | Бег на выносливость: кроссовый бег, чередующийся с быстрой ходьбой | 1 | <p>Выполнение специально-беговых упражнений.<br/>Выполнение равномерного бега по длинной дистанции.</p>  | <p>Выполняют специально-беговые упражнения ( по возможности). Выполняют медленный бег в чередовании с ходьбой</p>   | <p>Выполняют специально-беговые упражнения<br/>Выполняют медленный бег</p>  | 22.05 |
| 102 | Бег на выносливость: кроссовый бег, чередующийся с быстрой ходьбой | 1 | <p>Правильное удерживание корпуса и рук в медленном беге в сочетании с дыханием</p>  |   |   | 23.05 |