Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Целинная основная школа- интернат № 15

Рассмотрена на заседании ШМО _____ протокол № _____

Председатель ШМО

Принята на заседании педагогического совета от 20.09.2024. проток

Согласована зам. директора ро Е.Г Скугоревская Утверждаю:

директор МБОУ

Целинной ОШИ № 15

Н.А. Делявекая
приказ №

Рабочая программа основного общего образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) вариант 1 «Адаптивная физическая культура» (для 2 класса)

с. Целинное.

І. 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» во 2 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» во 2 классе определяет следующие задачи:

- формирование у обучающихся представлений о физической культуре;
- овладение простейшей техникой выполнения основных движений;
- формирование умения правильно пользоваться лыжным инвентарем, выполнять строевые команды с лыжами и на лыжах;
 - формирование умения выполнять простейшие исходные положения по словесной инструкции учителя;
- формирование умения принимать правильную осанку в основной стойке, при ходьбе, а также сидя, лежа:
 - формирование умения не задерживать дыхания при выполнении упражнений;
 - формирование умения сохранять равновесие при движении по гимнастической скамейке;
 - формирование умения подчиняться правилам игры;
 - воспитание уверенности в себе, своих силах.

II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

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, хлопки 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	27	-
3.	Легкая атлетика	40	
4.	Подвижные игры	35	-
Ито	го:	102	-

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

ІІІ. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные:

- освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;
- освоение себя как обучающегося, заинтересованного посещением занятий адаптивной физической культурой в условиях спортивного зала, на спортивной площадке (на открытом воздухе);
- положительное отношение окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и включение в активные спортивно-оздоровительные мероприятия.

Предметные:

Минимальный уровень:

- сформировать первоначальные представления о значении физической культуры для укрепления здоровья человека;
 - уметь выполнять простые инструкции учителя;
 - иметь представление о видах двигательной деятельности;
 - уметь выполнять комплекс упражнений с помощью учителя;
 - овладевать начальными двигательными навыками бега, прыжков и метания.
 Достаточный уровень:
- сформировать первоначальные представления о значении физической культуры для укрепления здоровья человека;
 - сформировать навыки наблюдения за своим физическим состоянием;
- овладевать элементарными представлениями об основных физических качествах (сила, быстрота, выносливость, координация, гибкость).
 - знать основные правила поведения и техники безопасности на уроке;
 - уметь выполнять команды учителя по словесной инструкции;
 - уметь выполнять упражнения для разминки;
 - уметь сочетать дыхание с движение во время бега;
 - уметь держать постоянный темп в беге;
 - уметь пробежать от 300 до 500 м без остановки.

Система оценки достижений

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.

Оценка предметных результатов во время обучения в первом классе не проводится. Оценка успеваемости складывается из показателей: отношение обучающегося к уроку, степень овладения физическими упражнениями, качество выполнения упражнений.

Работа обучающихся поощряется и стимулируется использованием качественной оценки: «удовлетворительно», «хорошо», «очень хорошо».

Соотнесение результатов оценочной деятельности, демонстрируемые обучающимися:

- «удовлетворительно» (зачет) задание выполнено от 35% до 50 %;
- «хорошо» задание выполнено от 51% до 65%;
- «очень хорошо» (отлично) задание выполнено свыше 65 %.

IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

		.B0)B		Дифференциация видов	деятельности
№	Тема предмета	Кол-во часов	Программное содержание	Минимальный уровень	Достаточный уровень
			Легкая	атлетика– 20 часов	
1	Правила поведения на	1	Тренировочные упражнения	Переодевают и складывают форму с помо-	Самостоятельно готовятся к уроку.
	уроках физической		в быстром переодевании и ак-	щью учителя. Выполняют общее построение	Выполняют построение в колонну
	культуры (техника		куратном складывании	под контролем учителя.	по указанию учителя.
	безопасности)		одежды.	Передвигаются к месту занятий.	Передвигаются в колонне за учите-
			Построение парами.	Слушают объяснение и рассматривают по-	лем.
			Передвижение парами в	мещение и оборудование спортивного зала (с	Слушают объяснение и рассматри-
			спортивный зал.	помощью учителя).	вают помещение и оборудование
			Беседа о правилах поведения	Слушают инструктаж и зрительно восприни-	спортивного зала;
			на уроках физкультуры.	мают образец поведения на уроках физиче-	слушают инструктаж и зрительно
			Разучивание подвижной игры	ской культуры (техника безопасности).	воспринимают образец поведения
			с элементами общеразвиваю-	Участвуют в подвижной игре по показу и ин-	на уроках физической культуры
			щих упражнений	струкции учителя	(техника безопасности).
					Играют в подвижную игру по ин-
					струкции учителя
2	Форма одежды на	1	Построение в шеренгу по ро-	Одевают самостоятельно или с помощью пе-	Самостоятельно готовятся к уроку
	уроке физической		сту.	дагога физкультурную форму.	физической культуры (одевают и
	культуры и личная ги-		Беседа о форме одежды на	Выполняют построение с помощью педа-	убирают физкультурную форму).
	гиена.		уроках физической культуры	гога.	Отвечают на вопросы целыми
	Ходьба в колонне.		и личной гигиене.	Отвечают на вопросы односложно.	предложениями.
			Передвижение, исполнение	Передвигаются в колонне бегом в чередова-	Выполняют построения и пере-
			команд в колонне сохраняя	нии с ходьбой по указанию учителя.	строения в шеренгу, колонну, круг,

			дистанцию и равнение в заты-	Участвуют в подвижной игре по инструкции	осваивают строевые действия в ше-
			лок.	учителя	ренге и колонне.
			Знакомство с бегом в чередо-	y 1111 6 111	Осваивают правила игры
			вании с ходьбой.		Cesumsulor inpusition in pis
			Подвижная игра на внимание		
			подвижная игра на внимание		
3	Ходьба с изменением	1	Построение в шеренгу.	Выполняют простые виды построений, осва-	Выполняют построения и пере-
	скорости		Выполнение поворотов на	ивают на доступном уровне строевые дей-	строения в шеренгу, колонну, осва-
			месте налево и направо пере-	ствия в шеренге и колонне (с помощью учи-	ивают действия в шеренге и ко-
			ступанием.	теля).	лонне.
			Выполнение ритмичной	Выполняют 4-5 упражнений. Выполняют	Выполняют ходьбу с изменением
			ходьбы с сохранение задан-	ходьбу с изменением скорости. Участвуют в	скорости. Выполняют комплекс
			ного темпа ходьбы.	подвижной игре по инструкции и показу учи-	упражнений.
			Выполнение общеразвиваю-	теля, ориентируясь на поэтапный показ от-	Участвуют в различных видах игр
			щих упражнений.	дельных действий	после инструкции и показа учителя
			Подвижная игра с бегом		
			1		
4	Бег в колонне по пря-	1	Построение в шеренгу.	Выполняют простые команды по сигналу	Выполняют команды по построе-
	мой и со сменой		Подвижная игра с элемен-	учителя с одновременным показом способа	нию и перестроению по сигналу
	направлений по ори-		тами перестроений.	выполнения построения и перестроения.	учителя (при необходимости ори-
	ентирам		Выполнение бега с высоким	Осваивают бег в колонне по прямой и со сме-	ентируются на образец). Осваи-
	•		поднимание бедра, сохраняя	ной направлений по ориентирам.	вают бег в колонне по прямой и со
			дистанцию и правильную	Выполняют комплекс упражнений наимень-	сменой направлений по ориенти-
			осанку.	шее количество раз	рам.
			Выполнение комплекса	Участвую в подвижной игре после инструк-	Выполняют комплекс упражнений.
			упражнений типа зарядки.	ции и показа учителя	Участвуют в различных видах игр
			Подвижная игра с элемен-		показа учителя
			тами общеразвивающих		
			упражнений		
			J. P. William		

5	Прыжки на одной ноге	1	Знакомство с общеразвиваю-	Выполняют общеразвивающие упражнения	Выполняют общеразвивающие
	на месте, с продвиже-		щими упражнениями с ма-	наименьшее количество раз. Ориентируются	упражнения после инструкции и по
	нием вперед, в сто-		лыми мячами.	в направлении движений с помощью педа-	показу педагога.
	роны		Ориентирование в направле-	гога.	Выполняют прыжки в заданном
			нии движений.	Прыгают на двух ногах с продвижением впе-	направлении, ориентируясь на зри-
			Выполнение несколько под-	ред. Участвуют в подвижной игре по показу	тельно-пространственные опоры.
			прыгиваний подряд в задан-	и инструкции учителя	Играют в подвижную игру по ин-
			ном направлении.	13 , 3	струкции учителя
			Подвижная игра с метанием		
6	Быстрый бег на ско-	1	Выполнение построения в	Выполняют построение в шеренгу (с помо-	Выполняют построение в шеренгу
	рость		шеренгу. Освоение общераз-	щью учителя).	по сигналу учителя. Выполняют
	20-30 м		вивающих упражнений.	Осваивают быстрый бег, ориентируясь на	бег по прямой.
			Выполнение прямолинейного	образец выполнения учителем и/или обучаю-	Выполняют комплекс общеразви-
			бега. Закрепление правил	щимися 2 группы. Выполняют упражнения	вающих упражнений после показа
			техники безопасности во	после неоднократного показа по прямому	учителем.
			время выполнения упражне-	указанию учителя.	Играют в подвижную игру после
			ний в паре.	Участвуют в подвижной игре по показу и ин-	инструкции и показа учителя
			Знакомство с подвижной иг-	струкции учителя	
			рой с элементами общеразви-		
			вающих упражнений		
			5 1		
7	Прыжки в высоту	1	Выполнение различных ви-	Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на	Выполняют ходьбу на носках, на
			дов ходьбы в колонне.	внутреннем своде стопы. Выполняют 5-6	пятках, на внутреннем и внешнем
			Выполнение общеразвиваю-	упражнений с флажками.	своде стопы.
			щих упражнений с флаж-	Выполняют прыжки после инструкции и не-	Выполняют комплекс упражнений
			ками.	однократного показа учителем (при необхо-	с флажками. Выполняют прыжки
			Знакомство с переноской	димости: пошаговая инструкция учителя, по-	после инструкции и показа учи-
			гимнастических матов.	операционный контроль выполнения дей-	теля.
			Выполнение прыжка в вы-	ствий).	Играют в подвижную игру после
			соту.	Участвуют в подвижной игре по показу и ин-	инструкции и показа учителя
			Подвижная игра с метанием	струкции учителя	

8	Ускорения до 30 м	1	Выполнение ходьбы с различными положениями рук. Перестроение в круг. Выполнение упражнений для укрепления мышц голеностопных суставов и стоп. Вы-	Выполняют ходьбу с различными положениями рук, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Осваивают построение в круг с помощью учителя. Выполняют 3-4 упражнения. Выполняют бег на скорость по прямому	Выполняют ходьбу с различными положениями рук по показу учителя. Выполняют построение в круг. Выполняют упражнения на укрепление мышц ног. Выполняют бег
			полнение ускорений на ди-	указанию учителя.	на скорость.
			станции 30 м	Участвуют в подвижной игре по показу учи-	Играют в подвижную игру после
			Подвижная игра с прыжками	теля	инструкции и показа учителя
9	Медленный бег до 1-2 мин	1	Выполнение ходьбы с хлоп- ками. Выполнение равномер- ного бега по длинной дистан- ции. Выполнение упражнений с флажками. Выполнение прыжка в вы- соту. Подвижная игра с метанием	Осваивают и выполняют ходьбу удерживают правильное положение тела во время бега (с помощью учителя, при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий). Выполняют комплекс упражнений с флажками наименьшее количество раз. Осваивают и используют игровые умения	Выполняют ходьбу по сигналу учителя. Выполняют медленный бег в колонне. Выполняют комплекс упражнений с флажками по показу учителя. Выполняют прыжки после инструкции и показа учителя. Играют в подвижную игру после инструкции и показа учителя
10	Бег с преодолением простейших препятствий	1	Выполнение построений в шеренгу, в колонну по одному. Выполнение упражнений на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища. Освоение бега с препятствиями.	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений. Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют основные положения и движения рук, ног, головы, туловища с наименьшим количеством раз.	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно- пространственные опоры. Выполняют упражнения на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища.

	1		IC	V.	TI
			Коррекционная игра на раз-	Участвуют в подвижной игре по показу и ин-	Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя
			витие точности движений	струкции учителя	темп, дистанцию во время движе-
					ния, удерживая правильную осанку
					во время ходьбы.
					Играют в подвижную игру после
					инструкции
11	Челночный бег 3x10 м,	1	Построение в две колонны.	Выполняют медленный бег за наиболее фи-	Выполняют бег в колонне в задан-
	тестирование		Знакомство с челночным бе-	зически развитым обучающимся из 2	ном направлении, сохранение ди-
			гом.	группы, ориентируясь на его пример (обра-	станции, равнение в затылок. Вы-
			Выполнение упражнений для	зец).	полняют упражнения с флажками
			укрепления мышц ног.	Осваивают упражнения с флажками, ориен-	по показу учителя. Играют в по-
			Подвижная игра с элемен-	тируясь на образец выполнения учителем	движную игру после инструкции
			тами лазания	и/или обучающимися 2 группы. Участвуют в	
				подвижной игре по показу и инструкции учи-	
				теля	
12	Прыжок в глубину	1	Подвижная игра с элемен-	Участвуют в подвижной игре. Выполняют	Играют в подвижную игру. Выпол-
			тами перестроений.	бег в чередовании с ходьбой под контролем	няют бег в чередовании с ходьбой.
			Выполнение бега в чередова-	учителя. Выполняют 4-5 упражнений ком-	Выполняют прыжок в глубину по-
			нии с ходьбой.	плекса.	сле инструкции и показа учителя.
			Выполнение комплекса об-	Выполняют прыжки после инструкции и не-	Осваивают и используют игровые
			щеразвивающих упражне-	однократного показа учителя.	умения
			ний. Выполнение прыжка в	Осваивают и используют игровые умения	
			глубину.		
			Подвижная игра с бросками и		
			ловлей		
13	Прыжок с 3-5 беговых	1	Выполнение бега в чередова-	Выполняют бег в чередовании с ходьбой.	Выполняют бег в чередовании с
	шагов в длину с раз-		нии с ходьбой.	Выполняют упражнения с мячом после неод-	ходьбой.
	бега		Выполнение общеразвиваю-	нократного показа и по прямому указанию	Выполняют упражнения с мячом
14	Прыжок с 3-5 беговых	1	щих упражнений с малыми	учителя.	после показа учителя.
	шагов в длину с раз-		мячами.	Произвольно метают мяч после инструкции	Произвольно метают мяч после ин-
	бега			и неоднократного показа учителя.	струкции учителя.

	Г			**	
			Выполнение произвольного	Участвуют в коррекционной игре	Участвуют в коррекционной игре
			метания малого мяча.		
			Выполнение прыжка в длину		
			с разбега.		
			Коррекционная подвижная		
			игра		
15	Метание большого	1	Выполнение бега по коридор-	Выполняют бег по коридорчику с помощью	Выполняют метание большого
	мяча двумя руками из-		чику.	учителя.	мяча двумя руками из-за головы
	за головы.		Принятие правильного поло-	Метают большой мяч двумя руками из-за го-	после инструкции учителя. Участ-
1.6		1	жение во время метания, вы-	ловы, ориентируясь на образец выполнения	вуют в игре после инструкции учи-
16	Метание большого	1	полнение метания большого	учителем и/или обучающимися 2 группы.	теля
	мяча двумя руками из-		мяча способом из-за головы.	Участвуют в подвижной игре по инструкции	16337
	за головы.		Подвижная игра с бегом	учителя	
			подвижная игра с остом	учителя	
17	Чередование бега и	1	Drygonya waamaayye	Overest provided by the company of t	Drygo gygyar ya arma ayyya b yyan ayyyy
17	•	1	Выполнение построений в	Фиксируют внимание и воспринимают рас-	Выполняют построение в шеренгу,
	ходьбы по сигналу		шеренгу, в колонну по од-	положение зрительных пространственных	в колонну по команде учителя,
18	Чередование бега и	1	ному.	опор- ориентиров для выполнения построе-	ориентируясь на зрительно- про-
	ходьбы по сигналу	-	Освоение бега в медленном	ний и перестроений. Выполняют бег и	странственные опоры. Выполняют
	кодвові по стіпшту		темпе, чередование ходьбы и	ходьбу, ориентируясь на образец выполне-	упражнения на основные положе-
			бега.	ния учителем и/или обучающимися 2	ния и движения рук, ног, головы,
			Выполнение упражнений на	группы. Выполняют основные положения и	туловища.
			основные положения и дви-	движения рук, ног, головы, туловища с	Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя
			жения рук, ног, головы, туло-	наименьшим количеством раз.	темп, дистанцию во время движе-
			вища.	Участвуют в подвижной игре по показу и ин-	ния, удерживая правильную осанку
			Коррекционная игра на раз-	струкции учителя	во время ходьбы.
			витие точности движений	-	Играют в подвижную игру после
					инструкции
19	Прыжки в высоту с	1	Выполнение различных ви-		
	шага		дов ходьбы в колонне.		
			,,		

20	Прыжки в высоту с	1	Выполнение общеразвиваю-	Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на	Выполняют ходьбу на носках, на
	шага		щих упражнений с флаж-	внутреннем своде стопы. Выполняют 5-6	пятках, на внутреннем и внешнем
			ками.	упражнений с флажками.	своде стопы.
			Знакомство с переноской	Выполняют прыжки после инструкции и не-	Выполняют комплекс упражнений
			гимнастических матов.	однократного показа учителем (при необхо-	с флажками. Выполняют прыжки
			Выполнение прыжка в вы-	димости: пошаговая инструкция учителя, по-	после инструкции и показа учи-
			соту.	операционный контроль выполнения дей-	теля.
			Подвижная игра с метанием	ствий).	Играют в подвижную игру после
				Участвуют в подвижной игре по показу и ин-	инструкции и показа учителя
				струкции учителя	
			Гимн	настика – 27 часа	
21	Значение физических	1	Беседа о значении физиче-	Просматривают видеоматериал по теорети-	Просматривают видеоматериал по
	упражнений для здо-		ских упражнений.	ческим вопросам адаптивной физической	теоретическим вопросам адаптив-
	ровья человека		Выполнение строевых дей-	культуры.	ной физической культуры.
			ствий, ориентирование в про-	Отвечают на вопросы односложно.	Отвечают на вопросы предложе-
			странстве.	Слушают объяснение (инструкцию) учителя	нием.
			Коррекционная игра	с фиксацией на этапах выполнения упражне-	Воспринимают и запоминают рас-
				ния на ориентировку в пространстве	положение
					зрительных пространственных
					опор - ориентиров для выполнения
					построений и перестроений
22	Правила поведения на	1	Подвижная игра с элемен-	Участвуют в подвижной игре с элементами	Играют в подвижную игру после
	уроках гимнастики		тами построений.	построений. Слушают инструктаж и зри-	инструкции учителя. Слушают ин-
			Беседа о правилах поведения	тельно воспринимает образец поведения на	структаж и зрительно восприни-
			и предупреждения травма-	уроках физической культуры (техника без-	мает образец поведения на уроках
			тизма во время занятий.	опасности). Осваивают метание мяча в цель	физической культуры (техника без-
			Знакомство с метание малого	по показу и прямому указанию учителя.	опасности).
			мяча в цель.	Участвуют в подвижной игре по показу и ин-	Метают мяч в цель по показу и пря-
			Подвижная игра с элемен-	струкции учителя	мому указанию учителя
			тами лазания		

23	Перестроение из шеренги в круг	1	Выполнение простейших перестроений. Бег с изменением направлений. Выполнение комплекса утренней гимнастики. Выполнение прыжка с высоты. Коррекционная игра	Выполняют упражнение по показу учителя. Выполняют комплекс наименьшее количество раз. Прыгают с высоты с мягким приземлением. Участвуют в игре по показу и инструкции учителя	Выполняют упражнение по сигналу/ команде учителя, ориентируюсь на зрительно- пространственные опоры. Выполняют комплекс упражнений по показу и инструкции учителя. Прыгают с высоты с мягким приземлением. Играют в игру после инструкции учителя
24	Перестроение из колонны по одному в шеренгу по одному, размыкание на вытянутые руки	1	Выполнение организующих строевых команд и приемов Выполнение ходьбы со сменой положений рук. Знакомство с упражнениями для развития мышц кистей рук и пальцев. Выполнение приставных шагов в сторону, ориентирование в пространстве. Подвижная игра с метанием	Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют 3-4 упражнения. Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор - ориентиров для выполнения построений и перестроений. Участвуют в подвижной игре по показу учителя	Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют упражнения по словесной инструкции и показу. Выполняют команды по построению и перестроению по сигналу учителя (при необходимости ориентируются на образец). Осваивают и используют игровые умения
25	Основные положения и движения рук, ног, туловища, головы: асимметричные движения рук	1	Выполнение построений в шеренгу, в колонну по одному. Освоение бега в медленном темпе, чередование ходьбы и бега. Выполнение упражнений на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища.	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений. Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют основные положения и движения рук, ног, головы, туловища с наименьшим количеством раз.	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно- пространственные опоры. Выполняют упражнения на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища.

			Коррекционная игра на развитие точности движений	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп, дистанцию во время движения, удерживая правильную осанку во время ходьбы. Играют в подвижную игру после инструкции
26	Дыхание во время ходьбы и бега	1	Выполнение бега в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений. Выполнение тренировочных упражнений на дыхание во время ходьбы, бега, проговаривание звуков на выдохе. Подвижная игра на внимание	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Отвечают на вопросы односложно. Выполняют построение в круг с помощью учителя. Выполняют коррегирующие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя. Участвуют в игре по инструкции учителя	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Отвечают на вопросы целым предложением. Выполняют построение в круг и комплекс утренней зарядки по инструкции учителя. Выполняют коррегирующие упражнения без предметов после показа учителя. Играют в подвижную игру после инструкции
27	Лазание вверх, вниз по гимнастической стенке, не пропуская реек	1	Знакомство с игровыми задания на построение и перестроения. Выполнение ходьбы в различном темпе. Освоение разновидностей ходьбы. Выполнение комплекса утренней гимнастики. Определение названия двигательному действию, названия оборудования. Выполнение правильного захвата рейки	Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют лазанье (с помощью учителя, по возможности самостоятельно) по прямому указанию учителя. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Выполняют игровые задания. Осваивают и выполняют ходьбу по прямой линии на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы с сохранением равновесия на ограниченной поверхности. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения. Осваивают и используют игровые умения

	T T				
			руками и правильной поста-		
			новки стопы на гимнастиче-		
			скую стенку.		
			Подвижная игра с прыжками		
28	Переползание на чет-	1	Выполнение обыкновенной	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец	Выполняют ходьбу по инструкции
	вереньках в медлен-		ходьбы в чередовании с ходь-	выполнения.	учителя. Выполняют проползание
	ном темпе по горизон-		бой по линии, обозначенной	Выполняют ползание по гимнастический	на четвереньках в медленном
	тальной гимнастиче-		на полу, сохраняя равнове-	скамейке на четвереньках с помощью учи-	темпе по горизонтальной скамейке
	ской скамейке		сие.	теля.	(самостоятельно)
			Выполнение упражнений на	Бросают и ловят волейбольные мячи по пря-	Играют в подвижную игру по по-
			осанку.	мому указанию учителя	казу и инструкции учителя
			Выполнение упора на коле-		
			нях и на четвереньках, пра-		
			вильное удержание за ска-		
			мейку.		
			Подвижная игра с бросанием		
			и ловлей		
29	Упражнения с гимна-	1	Выполнение построений в	Выполняют упражнения с предметом, ориен-	Выполняют упражнения с предме-
	стическими палками		шеренгу и колонну.	тируясь на образец выполнения учителем	том, ориентируясь на образец вы-
			Выполнение бега в чередова-	(или на образец правильного выполнения	полнения учителем.
			нии с ходьбой.	обучающихся 2 группы).	Осваивают и используют игровые
			Выполнение комплекса	Участвуют в игре по инструкции учителя	умения
			упражнений с гимнастиче-		
			ской палкой.		
			Подвижная игра с бросками и		
			ловлей		
30	Упражнения для рас-	1	Выполнение построений в	Фиксируют внимание и воспринимают рас-	Выполняют построение в шеренгу,
	слабления мыщц		шеренгу, в колонну по од-	положение зрительных пространственных	в колонну по команде учителя.
			ному.	опор- ориентиров для выполнения построе-	Выполняют упражнения для рас-
			Чередование ходьбы и бега.	ний и перестроений. Выполняют бег и	слабления мышц.

Выполнение упражнений для расслабления мышц. Коррекционная игра на развитие точности движений Тренировка дыхания Выполнение бега в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Выполнение тренировочных упражнений тренировочных упражнений на дыхание во выполняют коррегирующие упражнения по-
Коррекционная игра на развитие точности движений витие точности движений игре по показу и инструкции учителя игра в подвижную игру после инструкции Тренировка дыхания Выполнение бега в чередовании с ходьбой в нии с ходьбой в колонне по одному. Получают элементарные сведения о правивильную осанку во время ходьбы. Играют в подвижную игру после инструкции Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Получают элементарные сведения о правивильную осанку во время ходьбы. Играют в подвижную игру после инструкции Получают элементарные сведения о правивильную осанку во время ходьбой в колонне по одному. Получают элементарные сведения о правивильную осанку во время ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Получают элементарные сведения о правилах дыхания во время ходьбы и бега. Выполняют коррегирующие упражнения понавильную осанку во время ходьбой в подвижную игру после инструкции
витие точности движений слабления мышц. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя Играют в подвижную игру после инструкции Тренировка дыхания Выполнение бега в чередовании с ходьбой в нии с ходьбой в колонне по одному. Получают элементарные сведения о прави- Выполнение тренировочных упражнений на дыхание во Выполняют коррегирующие упражнения по- Выполняют в подвижной Играют в подвижную игру после инструкции Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Получают элементарные сведения о прави- правилах дыхания во время ходьбы и бега. Выполняют коррегирующие упражнения по- и бега. Выполняют коррегирую-
игре по показу и инструкции учителя Тренировка дыхания Выполнение бега в чередовании с ходьбой в нии с ходьбой в колонне по одному. Выполнение тренировочных упражнений на дыхание во игре по показу и инструкции учителя Выполняют бег в чередовании с ходьбой в Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Получают элементарные сведения о правилах дыхания во время ходьбы и бега. Выполняют коррегирующие упражнения по- и бега. Выполняют коррегирую-
31 Тренировка дыхания 1 Выполнение бега в чередование с ходьбой в нии с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Получают элементарные сведения о правирамием правинамием образовании с ходьбой в колонне по одному. По- одному. Выполнение тренировочных упражнений на дыхание во Выполняют коррегирующие упражнения по- ниструкции инструкции выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. По- правилах дыхания во время ходьбы и бега. Выполняют коррегирующие упражнения по- и бега. Выполняют коррегирую-
31 Тренировка дыхания 1 Выполнение бега в чередований с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Получают элементарные сведения о правирами образовании с ходьбой в колонне по одному. Помучают элементарные сведения оправирающие упражнения поравилах дыхания во время ходьбы и бега. Выполняют коррегирующие упражнения поравилах дыхания во время ходьбы и бега. Выполняют коррегирующие упражнения поравилах дыхания во время ходьбы и бега.
нии с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. одному. По- одному. Выполнение тренировочных упражнений на дыхание во Выполняют коррегирующие упражнения по- вколонне по одному под контролем педагога. Получают элементарные сведения о прави- лах дыхания во время ходьбы и бега. Правилах дыхания во время ходьбы и бега. Выполняют коррегирую-
одному. Получают элементарные сведения о прави- лучают элементарные сведения о прави- правилах дыхания во время ходьбы и бега. Правилах дыхания во время ходьбы и бега. Выполняют коррегирующие упражнения по- и бега. Выполняют коррегирую-
Выполнение тренировочных упражнений на дыхание во Выполняют коррегирующие упражнения по- и бега. Выполняют коррегирую-
упражнений на дыхание во Выполняют коррегирующие упражнения по- и бега. Выполняют коррегирую-
время ходьбы, бега, прогова- сле неоднократного показа по прямому ука- щие упражнения без предметов по-
ривание звуков на выдохе. занию учителя. Участвуют в игре по ин- сле показа учителя.
Подвижная игра с прыжками струкции учителя. Играют в подвижную игру после
инструкции.
32 Ходьба по линии на 1 Выполнение комплекса Выполняют комплекс упражнений наимень- Выполняют комплекс упражнений
носках, на пятках с упражнений в движении. шее количество раз. по показу учителя.
различными положе- Выполнение упражнений на Выполняют ходьбу по линии на носках, на Выполняют ходьбу по линии на
ниями рук сохранение равновесия в пятках с различными положениями рук по носках, на пятках с различными по-ходьбе. показу учителя. Выполняют лазание на не- ложениями рук.
ниями рук сохранение равновесия в пятках с различными положениями рук по носках, на пятках с различными по- ходьбе. показу учителя. Выполняют лазание на не- ложениями рук.
ниями рук сохранение равновесия в ходьбе. Выполнение лазания по гим- выполнение лазания по гим- выполнение лазания по гим- высоту. Участвуют в игре по ин- выполняют лазание. Участвуют в игре по ин-
ниями рук сохранение равновесия в ходьбе. показу учителя. Выполняют лазание на ненастической стенке. показу учителя. Выполняют лазание на ненаструкции учителя. Выполняют лазание на ненаструкции учителя. показу учителя. Выполняют лазание на ненаструкции учителя.
ниями рук сохранение равновесия в ходьбе. Выполнение лазания по гимнастической стенке. Подвижная игра с прыжками
ниями рук сохранение равновесия в ходьбе. показу учителя. Выполняют лазание на ненастической стенке. Подвижная игра с прыжками и бегом.
ниями рук сохранение равновесия в ходьбе. Выполнение лазания по гимнастической стенке. Подвижная игра с прыжками и бегом. Выполняют для раз- 1 Ориентирование в простран- Выполняют комплекс упражнений, ориенти-
ниями рук сохранение равновесия в ходьбе. Выполнение лазания по гимнастической стенке. Подвижная игра с прыжками и бегом. ЗЗ Упражнения для развития Ориентирование в пространстве при выполнении перечатия Ориентирование в пространстве при выполнении перечатия Ориентирование в пространстве при выполнении перечатия Подвижная игра с прыжками и бегом. Выполняют положениями рук по показу учителя. Выполняют лазание на небольшую высоту. Участвуют в игре по инструкции учителя. Выполняют комплекс упражнений, ориентирование в пространстве при выполнении перечатием по инструкции и показу учителя.
ниями рук сохранение равновесия в ходьбе. Выполнение лазания по гимнастической стенке. Подвижная игра с прыжками и бегом. ЗЗ Упражнения для развития пространственно- пространственно- строений и построений по обучающимися 2 группы. Осваивают и истользуют игровые положениями рук по показу учителя. Выполняют лазание на небольшую высоту. Участвуют в игре по инадание. Участвуют в игре по инструкции учителя. Выполняют комплекс упражнений, ориентирование в пространственно- обучающимися 2 группы. Осваивают и истользуют игровые

0.4	T * *			D	D.
34	Упражнения для раз-	1	Выполнение построений в	Выполняют упражнения для развития точно-	Выполняют упражнения для разви-
	вития точности движе-		шеренгу и колонну.	сти движений;	тия пространственно-временной
	ний		Выполнение ходьбы по ори-	выполняют упражнения для развития про-	дифференцировки, ориентируясь
			ентирам, начерченным на	странственно-временной дифференцировки	на образец выполнения учителем.
			полу.	по прямому указанию учителя.	Осваивают и используют игровые
			Прыжок в длину с места толч-	Участвуют в игре по инструкции учителя	умения
			ком двух ног в начерченный		
			ориентир.		
			Подвижная игра с бегом		
35	Упражнения для	1	Выполнение ходьбы в ко-	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец	Выполняют ходьбу по указанию
	укрепления мышц ту-		лонне по одному с различ-	выполнения учителем и/или обучающимися	учителя.
	ловища		ными заданиями для рук.	2 группы. Выполняют упражнения на укреп-	Выполняют упражнения на укреп-
			Выполнение комплекса	ление мышц туловища по прямому указанию	ление мышц туловища, ориентиру-
			упражнений на укрепление	учителя.	ясь на образец выполнения учите-
			мышц туловища.	Участвуют в игре по инструкции учителя	лем.
			Подвижная игра с прыжками		Осваивают и используют игровые
					умения
36	Подлезание под пре-	1	Выполнение бега в медлен-	Выполняют бег в медленном темпе под кон-	Выполняют бег в медленном
	пятствием высотой 40-		ном темпе, чередование	тролем учителя.	темпе, чередование ходьбы и бега.
	50 см		ходьбы и бега.	Принимают и передают мяч в круге, ориен-	Выполняют построение в круг по
			Построение в круг.	тируясь на образец выполнения учителем	указанию учителя.
			Выполнение упражнений для	и/или обучающимися 2 группы. Выполняют	Выполняют перестроение в круг,
			укрепления туловища.	простые команды по сигналу учителя с одно-	взявшись за руки. Выполняют под-
			Повторение правильного ис-	временным показом способа выполнения пе-	лезание под препятствием высотой
			ходного положения для вы-	рестроения.	40-50 см(самостоятельно)
			полнения подлезания под	Выполняют подлезание под препятствием	Играют в игру после показа учите-
			препятствием.	высотой 40-50 см (с помощью учителя, по	лем
			Коррекционная игра	возможности самостоятельно).	
1					

				Участвуют в коррекционной игре, ориенти-	
				руясь на поэтапный показ отдельных дей-	
				ствий	
37	Перелезание через	1	Выполнение ходьбы со сме-	Выполняют ходьбу со сменой положения	Выполняют ходьбу со сменой по-
	препятствие высотой		ной положения рук.	рук под контролем учителя. Выполняют	ложения рук по показу учителя.
	40-50 см		Выполнение упражнений для	упражнения наименьшее количество раз.	Выполняют упражнения по ин-
			укрепления голеностопных	Выполняют перелезание через препятствие	струкции и показу учителя. Выпол-
			суставов и стоп.	высотой 40-50 см (с помощью учителя, по	няют перелезание через препят-
			Выполнение упражнения в	возможности самостоятельно.	ствие высотой 40-50 см.
			перелезании опираясь на	Участвуют в подвижной игре по показу и ин-	Играют в подвижную игру по по-
			предплечья и колени, на жи-	струкции учителя	казу и инструкции учителя
			воте.		
			Подвижная игра с прыжками		
38	Ходьба по гимнасти-	1	Выполнение ходьбы с раз-	Выполняют ходьбу по указанию учителя.	Выполняют ходьбу по указанию
	ческой скамейке		личными движениями рук.	Выполняют ходьбу по гимнастической ска-	учителя. Выполняют ходьбу по
	прямо, правым, левым		Комплекс упражнений на	мейке прямо, правым, левым боком с различ-	гимнастической скамейке прямо,
	боком с различными		укрепление кистей рук и	ными положениями рук, ориентируясь на об-	правым, левым боком с различ-
	положениями рук		пальцев.	разец выполнения учителем и/или обучаю-	ными положениями рук.
39	Ходьба по гимнасти-	1	Прохождение по гимнастиче-	щимися 2 группы. Участвуют в подвижной	Играют в подвижную игру по по-
	ческой скамейке		ской скамейке, сохраняя рав-	игре по показу и инструкции учителя	казу и инструкции учителя
	прямо, правым, левым		новесие.		
	боком с различными		Коррекционная игра		
	положениями рук				
40	Комплекс упражнений	1	Выполнение ходьбы с прыж-	Выполняют ходьбу по указанию учителя.	Выполняют ходьбу по указанию
	с гимнастической ска-		ками, доставая рукой лен-	Выполняют упражнения в движении	учителя. Выполняют упражнения в
	калкой		точки.	наименьшее количество раз.	
1					

41	Variationa viimaviivavii	1	Dryno wysyy o o o o o o o o o o o o o o o o o o	De vice vivigion de mantina vivigion de mantina vivigione de mantina viv	TRANSPORTED TO TOTAL PROPERTY DESCRIPTION OF THE PROPERTY
41	Комплекс упражнений	1	Выполнение общеразвиваю-	Выполняют коррегирующие упражнения по-	движении по показу учителя. Вы-
	с гимнастической ска-		щих упражнений в колонне	сле неоднократного показа по прямому ука-	полняют коррегирующие упражне-
	калкой		по одному в движении.	занию учителя. Выполняют доступные	ния с предметом после показа учи-
			Выполнение упражнений со	упражнения со скакалкой	теля. Выполняют упражнения со
			скакалкой: удержание, скла-		скакалкой
			дывание, завязывание ска-		
			калки.		
			Выполнение прыжков через		
			скакалку		
42	Упражнения для фор-	1	Выполнение ходьбы по ка-	Выполняют упражнения на формирование	Выполняют коррегирующие
	мирования правиль-		нату.	правильной осанки, ориентируясь на образец	упражнения после показа учите-
	ной осанки		Выполнение ходьбы с раз-	выполнения учителем (или на образец пра-	лем.
			личными положениями рук за	вильного выполнения обучающихся 2	Выполняют упражнения с малыми
43	Упражнения для фор-	1	учителем и за направляющим	группы). Выполняют упражнения с малыми	мячами после показа учителем.
	мирования правиль-		сохраняя правильную осанку	мячами наименьшее количество раз.	Играют в подвижную игру по по-
	ной осанки		Выполнение общеразвиваю-	Участвуют в подвижной игре по показу и ин-	казу и инструкции учителя
			щих упражнений с малыми	струкции учителя	
			мячами.		
			Подвижная игра с бегом		
44	Упражнения с малыми	1	Выполнение бега в чередова-	Выполняют бег в чередовании с ходьбой под	Выполняют бег в чередовании с
• •	мячами	•	нии с ходьбой.	контролем учителя. Выполняют упражнения	ходьбой. Выполняют упражнения с
	IVIN IQIVIFI		Выполнение упражнений с	с малыми мячами по прямому указанию учи-	малыми мячами, ориентируясь на
45	Упражнения с малыми	1	малыми мячами: переклады-	теля. Участвуют в подвижной игре по показу	образец выполнения учителем.
13	мячами	1	вание, подбрасывание, пере-		Играют в подвижную игру по по-
	IVIN-1QIVIII			и инструкции учителя	1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1
			брасывание мяча, бросание в		казу и инструкции учителя
			пол, в стену и ловля его.		
			Подвижная игра с элемен-		
			тами общеразвивающих		
			упражнений		

46	Стойка на одной ноге,	1	Выполнение построений в	Фиксируют внимание и воспринимают рас-	Выполняют построение в шеренгу,
	другая согнута вперед,		шеренгу, в колонну по од-	положение зрительных пространственных	в колонну по команде учителя,
	руки в различных ис-		ному.	опор- ориентиров для выполнения построе-	ориентируясь на зрительно- про-
	ходных положениях		Освоение бега в медленном	ний и перестроений. Выполняют бег и	странственные опоры. Выполняют
			темпе, чередование ходьбы и	ходьбу, ориентируясь на образец выполне-	упражнения на основные положе-
			бега.	ния учителем и/или обучающимися 2	ния и движения рук, ног, головы,
			Выполнение упражнений на	группы. Выполняют основные положения и	туловища.
			основные положения и дви-	движения рук, ног, головы, туловища с	Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя
			жения рук, ног, головы, туло-	наименьшим количеством раз.	темп, дистанцию во время движе-
			вища.	Выполняют упражнения на равновесие с по-	ния, удерживая правильную осанку
			Удержание равновесия во	мощью учителя.	во время ходьбы.
			время выполнения упражне-	Участвуют в подвижной игре по показу и ин-	Выполняют упражнения на равно-
			ния.	струкции учителя	весие по показу учителя.
			Коррекционная игра на раз-		Играют в подвижную игру после
			витие точности движений		инструкции
47	Упражнения с боль-	1	Выполнение бега в чередова-	Выполняют бег в чередовании с ходьбой под	Выполняют бег в чередовании с
	морки миш		нии с ходьбой.	контролем учителя. Выполняют упражнения	ходьбой. Выполняют упражнения с
			Выполнение упражнений с	с большим мячом по прямому указанию учи-	большим мячом, ориентируясь на
			большим мячом: переклады-	теля. Участвуют в подвижной игре по показу	образец выполнения учителем.
			вание, подбрасывание, пере-	и инструкции учителя	Играют в подвижную игру по по-
			брасывание мяча, бросание в		казу и инструкции учителя
			пол, в стену и ловля его.		
			Подвижная игра с прыжками		
			И	гры - 35 часов	
48	Игры с элементами	1	Выполнение ходьбы со сме-	Выполняют ходьбу со сменой положения	Выполняют ходьбу со сменой по-
	корригирующих		ной положения рук.	рук под контролем учителя. Выполняют	ложения рук по показу учителя.
	упражнений: «Ло-		Выполнение упражнений для	упражнения наименьшее количество раз.	Выполняют упражнения по ин-
	вишка, бери ленту»,		укрепления голеностопных	Участвуют в различных видах игр по ин-	струкции и показу учителя. Участ-
	«Салки»		суставов и стоп.	струкции и по показу учителя, ориентируясь	вуют в различных видах игр после
				на поэтапный показ отдельных действий	инструкции и показа учителя

49	Игры с элементами корригирующих упражнений: «Ловишка, бери ленту», «Салки»	1	Выполнение игровых упражнений в беге в различных направлениях, на скорость не наталкиваясь, друг на друга, действие по сигналу и согласно правилам игры	(при необходимости, повторный показ, до- полнительная индивидуальная инструкция учителя)	
50	Игры с элементами корригирующих упражнений: «Ловишка, бери ленту», «Салки»	1			
51	Игры с элементами корригирующих упражнений: «Ловишка, бери ленту», «Салки»	1			
52	Игры на развитие внимания, памяти, точности движений: «Школа мяча», «Сбей кеглю»	1	Ходьба с хлопками. Выполнение упражнений с волейбольным мячом. Выполнение игровых заданий в бросках и ловле мяча из	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют 5-6 упражнения с мячом. Осваивают и используют игровые умения	Выполняют ходьбу по показу учителя. Выполняют упражнения по инструкции учителя. Осваивают и используют игровые
53	Игры на развитие внимания, памяти, точности движений: «Школа мяча», «Сбей кеглю»	1	разных положений, двумя руками, правой и левой рукой		умения
54/	Игры на развитие внимания, памяти, точности движений: «Школа мяча», «Сбей кеглю»	1			

55	Игры на развитие вни-	1			
	мания, памяти, точно-				
	«Школа мяча», «Сбей				
	кеглю»				
5 6	т.	1			
56	Правила закаливания	1	Беседа об основных правилах	Слушают объяснение педагога по теме с чет-	Слушают объяснение педагога по
			и средств закаливания.	ким смысловыми акцентами и опорой на	теме с четким смысловыми акцен-
			Выполнение общеразвиваю-	наглядность (картинки по теме урока). Отве-	тами и опорой на наглядность (кар-
			щих упражнений в колонне	чают на вопросы односложно.	тинки по теме урока). Отвечают на
			по одному в движении.	Выполняют упражнения наименьшее коли-	вопросы предложениями.
			Коррекционная игра	чество раз.	Выполняют комплекс упражнений
				Участвуют в подвижной игре под контролем	по показу и инструкции учителя.
				учителя	Играют в подвижную игру после
	T		7		инструкции учителя
57	Техника безопасности	1	Беседа о правилах поведения	Отвечают на вопросы односложно.	Отвечают на вопросы предложени-
	и правила поведения		и предупреждения травма-	Выполняют упражнения наименьшее коли-	. ИМК
			тизма во время занятий физи-	чество раз.	Выполняют комплекс упражнений
			ческими упражнениями. Вы-	Выполняют упражнения с мячом по инструк-	по показу и инструкции учителя.
			полнение комплекса упраж-	ции и по показу учителя, ориентируясь на по-	Играют в подвижную игру после
			нений для утренней зарядки.	этапный показ отдельных действий и опера-	инструкции учителя
			Подвижная игра с бегом и	ций в последовательности их выполнения,	
			прыжками	под пооперационным (пошаговым) контро-	
				лем учителя (при необходимости)	

58	Игры с элементами об-	1	Выполнение ходьбы с хлоп-	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец	Выполняют ходьбу по показу учи-
	щеразвивающих		ками.	выполнения учителем. Выполняют 3-4	теля.
	упражнений		Выполнение упражнений с	упражнения с мячом.	Выполняют упражнения по ин-
			волейбольным мячом.	Осваивают и используют игровые умения	струкции учителя.
59	Игры с элементами об-	1	Подвижная игра на повторе-		Осваивают и используют игровые
	щеразвивающих		ние движений педагога или		умения
	упражнений		ведущего, действие по сиг-		
60	Игры с элементами об-	1	налу, согласно правилам		
	щеразвивающих		игры		
	упражнений				
61	Игра с бросанием и	1	Выполнение бега в чередова-	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в	Выполняют бег в чередовании с
	ловлей мяча: «Бросить		нии с ходьбой в колонне по	колонне по одному под контролем педагога.	ходьбой в колонне по одному. От-
	и поймать»		одному.	Выполняют построение в круг с помощью	вечают на вопросы целым предло-
			Построение в круг и выпол-	учителя. Участвуют в игре по инструкции	жением.
62	Игра с бросанием и	1	нение общеразвивающих		Выполняют построение в круг и
	ловлей мяча: «Бросить		упражнений типа зарядки.		комплекс утренней зарядки по ин-
	и поймать»		Подвижная игра в подбрасы-		струкции учителя.
			вании мяча, ловли его и		Осваивают и используют игровые
			быстром беге		умения
63	Подвижная игра «Без-	1	Выполнение ходьбы со сме-	Выполняют ходьбу со сменой положения	Выполняют ходьбу со сменой по-
	домный заяц»		ной положений рук.	рук под контролем учителя. Выполнение	ложения рук по показу учителя.
			Знакомство с упражнениями	упражнений наименьшее количество раз.	Выполняют упражнения по ин-
64	Подвижная игра «Без-	1	для развития мышц кистей	Слушают теоретический материал по прави-	струкции и показу учителя. Слу-
	домный заяц»		рук и пальцев.	лам игр и поведения во время игр.	шают теоретический материал по
			Подвижная игра на переме-	Участвуют в игре по инструкции	правилам игр и поведения во время
			щения бегом в различных		игр. Осваивают и используют игро-
			направлениях, ориентировки		вые умения
			в пространстве		

66	Подвижная игра с прыжками «Скок, поскок» Подвижная игра с прыжками «Скок, поскок»	1	Выполнение бега в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений Подвижная игра на выполнение ритмичной ходьбы, прыжков	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Выполняют построение в круг с помощью учителя. Выполняют коррегирующие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя. Осваивают и используют элементарные игровые техникотактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Выполняют построение в круг и комплекс утренней зарядки по инструкции учителя. Осваивают и используют элементарные игровые технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником
67	Подвижная игра на развитие координации «Не намочи ноги»	1	Выполнение комплекса упражнений в движении. Выполнение упражнений на сохранение равновесия в	Выполняют комплекс упражнений наименьшее количество раз. Выполняют ходьбу по линии на носках, на пятках с различными положениями рук по	Выполняют комплекс упражнений по показу учителя. Выполняют ходьбу по линии на носках, на пятках с различными по-
68	Подвижная игра на развитие координации «Не намочи ноги»	1	ходьбе. Выполнение лазания по гимнастической стенке. Подвижная игра на сохранение равновесия, выполнение действий согласно правилам игры	показу учителя. Выполняют лазание на небольшую высоту. Осваивают и используют игровые умения	ложениями рук. Выполняют лазание. Осваивают и используют игровые умения
69	Подвижные игры с бегом: «Пустое место»	1	Выполнение различных видов ходьбы в колонне. Выполнение общеразвивающих упражнений с флажками. Знакомство с переноской гимнастических матов. Выполнение прыжка в высоту.	Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем своде стопы. Выполняют 5-6 упражнений с флажками. Выполняют прыжки после инструкции и неоднократного показа учителем (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, поперационный контроль выполнения действий).	Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы. Выполняют комплекс упражнений с флажками. Выполняют прыжки после инструкции и показа учителя. Играют в подвижную игру после инструкции и показа учителя

	<u> </u>		T -	X7	1
			Подвижная игра с бегом на	Участвуют в подвижной игре по показу и ин-	
			скорость	струкции учителя	
70	Эстафеты с предме-	1	Подвижная игра с элемен-	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в	Выполняют бег в чередовании с
	тами		тами перестроений.	колонне по одному под контролем педагога.	ходьбой в колонне по одному.
71	Dama harry a marrya	1	Выполнение бега в чередова-	Участвуют в соревновательной деятельности	Участвуют в соревновательной де-
' 1	Эстафеты с предме-	1	нии с ходьбой.	по возможности (участвуют в эстафете)	ятельности(участвуют в эстафете)
	тами		Выполнение комплекса об-		
			щеразвивающих упражне-		
			ний.		
			Эстафета с предметами		
72	Коррекционная игра	1	Выполнение ходьбы с хлоп-	Осваивают и выполняют ходьбу удерживают	Выполняют ходьбу по сигналу
	«День и ночь»		ками. Выполнение равномер-	правильное положение тела во время бега (с	учителя.
			ного бега по длинной дистан-	помощью учителя, при необходимости: по-	Выполняют медленный бег в ко-
			ции.	шаговая инструкция учителя, пооперацион-	лонне.
			Выполнение упражнений со	ный контроль выполнения действий).	Выполняют комплекс упражнений
			скакалкой.	Выполняют комплекс упражнений с флаж-	со скакалкой по показу учителя.
			Выполнение игровых дей-	ками наименьшее количество раз.	Играют в подвижную игру после
			ствия соблюдая правила игры	Осваивают и используют игровые умения	инструкции и показа учителя
73	Игры и строевые	1	Выполнение комплекса	Выполняют комплекс упражнений наимень-	Выполняют комплекс упражнений
	упражнения: «Воро-		упражнений в движении.	шее количество раз.	по показу учителя.
	бьи и вороны»		Выполнение упражнений на	Выполняют ходьбу по линии на носках, на	Выполняют ходьбу по линии на
			сохранение равновесия в	пятках с различными положениями рук по	носках, на пятках с различными по-
			ходьбе.	показу учителя. Осваивают и используют иг-	ложениями рук.
			Выполнение игровых дей-	ровые умения	Осваивают и используют игровые
			ствия соблюдая правила игры		умения
74	Игра с метанием мяча	1	Выполнение обыкновенной	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец	Выполняют ходьбу по инструкции
	«Передай мяч»		ходьбы в чередовании с ходь-	выполнения.	учителя. Выполняют проползание
			бой по линии, обозначенной		

			на полу, сохраняя равновесие. Выполнение упражнений на осанку. Выполнение ползания по гимнастической скамейке. Подвижная игра с бросанием и ловлей	Выполняют ползание по гимнастический скамейке на четвереньках с помощью учителя. Передают волейбольные мячи по прямому указанию учителя	на четвереньках по горизонтальной скамейке (самостоятельно) Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя
75	Игры на развитие выносливости	1	Выполнение бега в чередовании с ходьбой. Выполнение упражнений с большим мячом: перекладывание, подбрасывание, перебрасывание мяча, бросание в пол, в стену и ловля его. Подвижная игра	Выполняют бег в чередовании с ходьбой под контролем учителя. Выполняют упражнения с большим мячом по прямому указанию учителя. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Выполняют бег в чередовании с ходьбой. Выполняют упражнения с большим мячом, ориентируясь на образец выполнения учителем. Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя
76	Эстафеты на развитее координации	1	Подвижная игра с элементами перестроений. Выполнение бега в чередовании с ходьбой. Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений. Эстафета с предметами	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Участвуют в соревновательной деятельности по возможности (участвуют в эстафете)	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Участвуют в соревновательной деятельности (участвуют в эстафете)
77	Передача предметов	1	Выполняют ходьбу с прыжками, доставая рукой ленточки. Выполнение общеразвивающих упражнений в колонне по одному в движении.	Выполняют ходьбу по указанию учителя. Выполняют упражнения в движении наименьшее количество раз. Выполняют коррегирующие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя. Выполняют игровые задания в передаче предметов с помощью учителя	Выполняют ходьбу по указанию учителя. Выполняют упражнения в движении по показу учителя. Выполняют коррегирующие упражнения с предметом после показа учителя. Выполняют игровые задания в передаче предметов

			Выполнение упражнений со скакалкой: удержание, складывание, завязывание скакалки. Игровые задания в передаче предметов		
78	Переноска предметов, спортивного инвентаря	1	Выполнение бега в чередовании с ходьбой. Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений. Освоение правил переноски предметов и спортивного инвентаря	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Осваивают и используют игровые умения	Выполняют ходьбу по указанию учителя. Выполняют упражнения в движении по показу учителя. Осваивают и используют игровые умения
79	Подвижная игра на развитие основных движений- лазания: «Перелет птиц»	1	Подвижная игра с элементами залезания на оборудование приподнятое над полом (землей), лазания по гимнастической стенке, ориентирование в пространстве по сигналу	Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция	Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя
80	Удары мяча о пол, о стенку и ловля его двумя руками	1	Выполнение бега в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений типа зарядки. Подвижная игра в подбрасывании мяча, ловли его и быстром беге	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Выполняют построение в круг с помощью учителя. Участвуют в игре по инструкции	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Отвечают на вопросы целым предложением. Выполняют построение в круг и комплекс утренней зарядки по инструкции учителя. Осваивают и используют игровые умения

0.1	П	1	D	D			D	
81	Перекатывание мяча	1	Выполнение ходьбы с прыж-		ходьбу по указания	•	Выполняют ходьбу и	•
	вперед, вправо, влево,		ками, доставая рукой лен-	Выполняют	упражнения в	движении	учителя. Выполняют у	-
	стоя, сидя		точки.		количество раз.		движении по показу	2
			Выполнение общеразвиваю-	Выполняют	коррегирующие упра	жнения по-	лучают элементарные	сведения по
			щих упражнений в колонне	сле неоднокр	ратного показа по пр	ямому ука-	овладению игровыми	умениями
			по одному в движении.	занию учите.	пя. Выполняют игров	вые задания		
			Выполнение упражнений со	в перекатыва	нии мяча			
			скакалкой: удержание, скла-					
			дывание, завязывание ска-					
			калки.					
			Игровые задания в перекаты-					
			вании мяча					
82	Эстафета с мячом	1	Подвижная игра с элемен-	Выполняют	бег в чередовании с	ходьбой в	Выполняют бег в че	редовании с
	1		тами перестроений.	•			ходьбой в колонне	•
			• • •		в соревновательной деятельности		Участвуют в соревнов	•
			нии с ходьбой.	_	кности (участвуют в эстафете)		ятельности (участвую	
			Выполнение комплекса об-	по возможне	ern (y laerbylor b ser	ифете)	menbhoem y menbylo	г в эстафете)
			щеразвивающих упражне-					
			ний.					
			Эстафета с предметами	20				
				атлетика –20				
83	Преодоление простей-	1	Выполнение бега в чередовани		Выполняют бег в че	•	Чередуют бег и ход	2
	ших препятствий		Выполнение общеразвивающи	их упражне-	с ходьбой под конт	-	няют комплекс упраж	
84	Правионация правиж	1	ний.		теля. Выполняют	комплекс	казу. Преодолевают	простейшие
84	Преодоление простей-	1	Преодоление простейших прег	іятствий: пе-	упражнений меньш	ее количе-	препятствия после	инструкции
	ших препятствий		репрыгивание, пролезание, обб	бегание.	ство раз. Преодоле	евают про-	учителя.	
			Коррекционная игра		стейшие препятств	ия с помо-	Играют в подвижную	о игру после
	1							
					щью учителя.		инструкции и показа у	чителя

85	Прыжок в длину с места толчком двух ног в начерченный ориентир Прыжок в длину с места толчком двух ног в начерченный ориентир	1	Выполнение построений в шеренгу и колонну. Выполнение ходьбы по ориентирам, начерченным на полу. Прыжок в длину с места толчком двух ног в начерченный ориентир. Подвижная игра с бегом	Выполняют упражнения для развития точности движений; выполняют упражнения для развития пространственно—временной дифференцировки по прямому указанию учителя. Участвуют в игре по инструкции учителя	Выполняют упражнения для развития пространственно—временной дифференцировки, ориентируясь на образец выполнения учителем. Осваивают и используют игровые умения
87	Прыжок в длину с места	1	Выполнение ходьбы со сменой положения рук. Выполнение упражнений для укрепления	Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя.	Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя. Выполняют упражнения по ин-
88	Прыжок в длину с места	1	голеностопных суставов и стоп. Знакомство с названием и техникой выполнения прыжка. Выполнение прыжка в длину с места. Подвижная игра с прыжками	Прыгают в длину с места, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	струкции и показу учителя. Выполняют прыжок в длину с места по показу учителя. Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя
89	Метание теннисного мяча в стену	1	Выполнение бега по прямой в шеренге. Выполнение общеразвивающих упражнений. Знакомство с названием мяча для метания.	Выполняют бег под контролем учителя. Выполняют 3-5 упражнений. Выполняют раз-	Выполняют бег после инструкции, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры.
90	Метание теннисного мяча в стену	1	Освоение правильного захвата и произвольного метания малого мяча в стену. Игры с элементами общеразвивающих упражнений	личные виды метания малых мячей после инструкции и неоднократного показа учителя. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Выполняют захват и удержание различных предметов для выполнения метания после инструкции и показа учителя. Играют в подвижную игру после инструкции учителя

91	Метание теннисного	1	Выполнение ходьбы с прыжками, доставая	Выполняют ходьбу по указа-	Выполняют ходьбу по указанию
	мяча в цель		рукой ленточки.	нию учителя. Выполняют	учителя. Выполняют упражнения в
			Выполнение общеразвивающих упражне-	упражнения в движении	движении по показу учителя. Вы-
92	Мотолија таууулага	1	ний в колонне по одному в движении.	наименьшее количество раз.	полняют коррегирующие упражне-
92	Метание теннисного мяча в цель	1	Выполнение упражнений со скакалкой:	Выполняют коррегирующие	ния с предметом после показа учи-
			удержание, складывание, завязывание ска-	упражнения после неоднократ-	теля. Выполняют метание теннис-
			калки.	ного показа по прямому указа-	ного мяча в цель после инструкции
			Выполнение метания мяча с большой ам-	нию учителя. Выполняют ме-	и показа учителя
			плитудой	тание теннисного мяча в цель,	
				ориентируясь на поэтапный	
				показ отдельных действий	
				(при необходимости, повтор-	
				ный показ, дополнительная ин-	
				дивидуальная инструкция учи-	
				теля)	
93	Метание теннисного	1	Выполнение ходьбы в колонне по одному с	Выполняют ходьбу, ориенти-	Выполняют ходьбу по указанию
	мяча на дальность		различными заданиями для рук. Выполне-	руясь на образец выполнения	учителя. Выполняют комплекс
04	Moreovyce ===	1	ние комплекса упражнений для укрепления	учителем и/или обучающи-	упражнений по показу учителя.
94	Метание теннисного мяча на дальность	1	туловища.	мися 2 группы. Выполняют 5-6	Выполняют метание на дальность
			Освоение правильного удержания мяча,	упражнений комплекса.	после инструкции и показа учителя
95	Метание теннисного мяча на дальность	1	ориентирование в пространстве, соразмере-	Выполняют метание на даль-	
			ние своих усилий	ность, ориентируясь на обра-	
			Выполнение метания на дальность силь-	зец выполнения учителем	
			нейшей рукой	и/или обучающимися 2 группы	
96	Круговые эстафеты до 20 м	1	Подвижная игра с элементами перестрое-	Выполняют бег в чередовании	Выполняют бег в чередовании с
			ний.	с ходьбой в колонне по одному	ходьбой в колонне по одному.
97	Круговые эстафеты до 20 м	1	Выполнение бега в чередовании с ходьбой.	под контролем педагога.	Участвуют в соревновательной де-
			Выполнение комплекса общеразвивающих	Участвуют в соревновательной	ятельности(участвуют в эстафете)
			упражнений.	деятельности по возможности (
98	Круговые эстафеты до	1	Эстафета на скорость	участвуют в эстафете)	
	20 м				

99	Высокий старт 30 м	1	Выполнение ходьбы со сменой положения	Выполняют ходьбу со сменой	Выполняют ходьбу со сменой по-
			рук.	положения рук под контролем	ложения рук по показу учителя.
			Выполнение упражнений для укрепления	учителя. Выполняют бег с вы-	Выполняют упражнения по ин-
100		1	голеностопных суставов и стоп.	сокого старта, ориентируясь на	струкции и показу учителя. Выпол-
			Ускорение на дистанции в 30 м, Знакомство	образец выполнения учителем	няют бег с высокого старта после
			с понятием высокий старт	и/или обучающимися 2 группы	инструкции и показа учителя
101	Медленный бег до 1-2	1	Выполнение различных видов ходьбы в ко-	Выполняют различные виды	Выполняют различные виды
	МИН		лонне.	ходьбы в колонне по показу	ходьбы по указанию учителя. Вы-
			Выполнение общеразвивающих упражне-	учителя.	полняют упражнения с малыми мя-
			ний с малыми мячами.	Выполняют упражнения с ма-	чами по показу учителя.
			Выполнение бега по длинной дистанции,	лыми мячами наименьшее ко-	Выполняют медленный бег
102	Медленный бег до 1-2	1	технически правильно удерживание кор-	личество раз.	
	мин		пуса и рук в медленном беге в сочетании с	Выполняют медленный бег в	
			дыханием	чередовании с ходьбой	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484434

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен С 28.11.2024 по 28.11.2025