


Краевое государственное общеобразовательное бюджетное учреждение
«Монастырищенская специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-
интернат».

Рассмотрено
На заседании МО
Учителей предметников
Протокол № 1 от
« 29 »августа2023г.

Согласовано
заместитель директора
по УВР

Осадчая Н.Н.

Принято
на заседании
педагогического
совета
Протокол № 1 от
«30 »августа2023г.



Рабочая программа по
(адаптивной)
физической культуре
для 2 класса
специальной (коррекционной) общеобразовательной школы VIII вида
на 2023-2024 учебный год.

Рабочая программа составлена на основе:

Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 1599 от 19.12.2014г.;

Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) утвержденной приказом Министерства образования и науки Российской Федерации №1026 от 24.11.2022г.

Программа составлена на 102 часа (3 часа в неделю) в соответствии с учебным планом школы, рассчитана на 1 год обучения и является программой базового уровня обучения.

Составитель: учитель
Физической культуры
Тимакова А.В.

Физическая культура. 2 класс

Пояснительная записка

Физическая культура является основной частью образовательного процесса обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Она решает образовательные, воспитательные, коррекционно-развивающие и лечебно-оздоровительные задачи. Физическое воспитание рассматривается и реализуется комплексно и находится в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим, трудовым обучением; занимает одно из важнейших мест в подготовке этой категории обучающихся к самостоятельной жизни, производственному труду, воспитывает положительные качества личности, способствует социальной интеграции школьников в общество.

Основная цель изучения данного предмета заключается во всестороннем развитии личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в процессе приобщения их к физической культуре, коррекции недостатков психофизического развития, расширении индивидуальных двигательных возможностей, социальной адаптации.

Основные задачи изучения предмета

Разнородность состава учащихся начального звена по психическим, двигательным и физическим данным выдвигает ряд конкретных задач физического воспитания:

- 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 ребенка 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;

Коррекция недостатков психического и физического развития с учетом возрастных особенностей обучающихся, предусматривает:

- обогащение чувственного опыта;
- коррекцию и развитие сенсомоторной сферы;
- формирование навыков общения, предметно-практической и познавательной деятельности.

Содержание программы отражено в разделах: «Знания о физической культуре», «Гимнастика», «Легкая атлетика», «Подвижные игры».

Каждый из перечисленных разделов включает некоторые теоретические сведения и материал для практической подготовки обучающихся.

Программой предусмотрены следующие виды работы:

- беседы о содержании и значении физических упражнений для повышения качества здоровья и коррекции нарушенных функций;
- выполнение физических упражнений на основе показа учителя;
- выполнение физических упражнений без зрительного сопровождения, под словесную инструкцию учителя;

- самостоятельное выполнение упражнений;
- занятия в тренирующем режиме;
- развитие двигательных качеств на программном материале гимнастики, легкой атлетики, формирование двигательных умений и навыков в процессе подвижных игр.

Место физической культуры в учебном плане

Учебный предмет физическая культура входит в число обязательных предметных областей учебного плана. В годовом учебном плане для 2 класса предусмотрено 102 часа в год, 3 часа в неделю.

Таблица 1 - Количество часов, отводимых на освоение разделов учебного предмета физическая культура во 2 классе.

Раздел	Кол-во часов
Основы знаний	6
Гимнастика	25
Легкая атлетика	30
Лыжная и конькобежная подготовка	5
Подвижные игры	36
Общее количество часов	102

Личностные и предметные результаты освоения физической культуры.

Личностные результаты:

- 1) осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- 2) воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 3) сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- 4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 5) овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- 6) владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- 7) способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- 8) принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;

- 9) сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- 10) воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 11) развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
- 12) сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- 13) проявление готовности к самостоятельной жизни.

Предметные результаты связаны с овладением обучающимися содержанием каждой предметной области и характеризуют их достижения в усвоении знаний и умений, возможности их применения в практической деятельности и жизни.

Предметные результаты освоения АООП по предмету физическая культура согласно п. 4.3. Стандарта должны отражать:

- 1) овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня утренней зарядки, оздоровительные мероприятия, подвижные игры);
- 2) первоначальные представления о значении физической культуры для физического развития, повышения работоспособности;
- 3) вовлечение в систематические занятия физической культурой и доступными видами спорта;
- 4) умения оценивать свое физическое состояние, величину физических нагрузок.

Уровни предметных результатов: *минимальный и достаточный*. Минимальный уровень является обязательным для всех обучающихся, достаточный – нет. Эти уровни обязательны для всех учебных предметов.

Предметные результаты по физической культуре:

Минимальный уровень:

- представления о физической культуре как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- выполнение комплексов утренней гимнастики под руководством учителя;
- знание основных правил поведения на уроках физической культуры и осознанное их применение;
- выполнение несложных упражнений по словесной инструкции при выполнении строевых команд; представления о двигательных действиях; знание основных строевых команд; подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;

- ходьба в различном темпе с различными исходными положениями;
- взаимодействие со сверстниками в организации и проведении подвижных игр, элементов соревнований; участие в подвижных играх и эстафетах под руководством учителя;
- знание правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

Достаточный уровень:

- практическое освоение элементов гимнастики, легкой атлетики, лыжной подготовки, спортивных и подвижных игр и других видов физической культуры;
- самостоятельное выполнение комплексов утренней гимнастики;
- владение комплексами упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища; участие в оздоровительных занятиях в режиме дня (физкультминутки);
- выполнение основных двигательных действий в соответствии с заданием учителя: бег, ходьба, прыжки и др.;
- подача и выполнение строевых команд, ведение подсчёта при выполнении общеразвивающих упражнений.
- совместное участие со сверстниками в подвижных играх и эстафетах;
- оказание посильной помощи и поддержки сверстникам в процессе участия в подвижных играх и соревнованиях;
- знание спортивных традиций своего народа и других народов;
- знание способов использования различного спортивного инвентаря в основных видах двигательной активности и их применение в практической деятельности;
- знание правил и техники выполнения двигательных действий, применение усвоенных правил при выполнении двигательных действий под руководством учителя;
- знание и применение правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием в повседневной жизни;
- соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

Предметные результаты являются тем базисом, на который «наращиваются» личностные результаты и жизненные компетенции. В области физической культуры это триединство *технической, физической теоретической подготовленности* (сформированность знаний в области физической культуры) обучающихся.

Планируемые результаты освоения предмета

Иметь представление:

о режиме дня, гигиенических требованиях к одежде и обуви при занятиях физической культурой, о видах подвижных игр, видах основных движений человека.

Знать:

Основные правила поведения на уроках физической культуры, технике безопасности при выполнении физических упражнений, основные команды, правила подвижных игр.

Выполнять:

гимнастические, легкоатлетические упражнения, построения, перестроения, строевые упражнения в ходьбе и беге, общеобразовательные упражнения по показу и по словесной инструкции.

Уметь:

играть и взаимодействовать со сверстниками в подвижных играх.

Содержание учебного материала
2 класс (102 часа)

Гимнастика (25 часов)

Лазанье: по наклонной гимнастической скамейке (угол 20°). Перелазанье со скамейки на скамейку произвольным способом.

Строевые упражнения: построение в шеренгу, команды «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!», «На месте шагом марш!», «Шагом марш!», «Класс стой!». Перестроение в круг. Комплексы упражнений с предметами, без предметов.

Висы: на гимнастической стенке, сгибание и разгибание ног.

Равновесие: ходьба по гимнастической скамейке с предметами на носках. Ходьба по полу по начерченной линии.

Игры (36час)

«Отгадай по голосу», «Карусели», «Что изменилось?», «Волшебный мешок».

Игры с элементами общеразвивающих упражнений: «Салки маршем», «Повторяй за мной», «Веревоочный круг», «Часовые и разведчики».

Игры с бегом и прыжками: «У ребят порядок строй», «Кто быстрее?», «У медведя во бору», «Пустое место».

Игры с бросанием, ловлей и метанием: «Охотники и утки», «Кто дальше бросит?».

Игры зимой: «Лучший снайпер». Катание на санках.

Легкая атлетика (30 часов)

Ходьба _с высоким подниманием бедра, в полуприседе, с различными положениями рук: на пояс, к плечам, перед грудью, за голову. Ходьба с перешагиванием через предмет (2-3 предмета).

Бег: на месте, на носках, с преодолением простейших препятствий, бег 30 метров, медленный бег до 2 минут.

Прыжки: в длину и высоту с шага.

Метание: малого теннисного мяча по горизонтальной и вертикальной цели, с места и на дальность.

Лыжная и конькобежная подготовка (5)

Правила поведения на уроках лыжной подготовки. Предупреждение травм и обморожений. Передвижение на лыжах. Конькобежная подготовка:

Упражнения на льду: скольжение, торможение, повороты.

Основы знаний (6 часа)

Чистота одежды и обуви. Правила утренней гигиены и их значение для человека.

Правила поведения на уроке физической культуры(техника безопасности).Чистота зала, снарядов. Значение физических упражнений для здоровья человека. Осанка, ее значение.

Тематическое планирование, физическая культура

2 класс

№ пп	Разделы программы	Темы входящие в данный раздел	Основные виды учебной деятельности обучающихся	Количество часов
ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА 30				
1	Легкая атлетика	Перестроение	Перестроение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга	3
2	Легкая атлетика	Упражнения с малыми мячами	Обучение захвату, движению руку и туловища. Осваивать технику выполнения упражнений с мячом.	3
3	Легкая атлетика	Построение в круг	Перестроение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга	2
4	Легкая атлетика	Метание на дальность	Бучение захвату, движению рук и туловища. Метание набивного мешочка снизу ведущей рукой. Метание малого мяча с места на дальность. Осваивать технику метания малого мяча с места на дальность.	6
5	Легкая атлетика	Прыжки в длину с разбега, с места.	Прыжок в длину с места. Прыжок в длину с разбега с зоны отталкивания. Многоскоки. Осваивать технику прыжков разными способами.	6
6	Легкая атлетика	Общеразвивающие упражнения	Осваивать технику выполнения упражнений с мячами, со скакалкой, на гимнастической скамейке, с набивным мячом 1кг.	6
7	Легкая атлетика	Прыжки с высоты	Осваивать технику прыжков с высоты 60 см.	2
8	Легкая атлетика	Бег на 30 метров	Бег на скорость: команды «Внимание!», «Марш!». Бег на короткую дистанцию в парах. Бег на результат 30	2

			метров. Бег с высоким подниманием бедра	
ГИМНАСТИКА 25				
1	Гимнастика	Висы и упоры	Вис стоя и лежа. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. Упражнения в упоре лежа и стоя на коленях и в упоре на гимнастической скамейке	3
2	Гимнастика	Акробатика, строевые упражнения	Выполнять команды «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже шаг!» «На первый и второй рассчитайся!» Перекаты и группировка с последующей опорой руками за головой. Стойка на лопатках. Мост из положения лежа на спине.	4
3	Гимнастика	Упражнения в равновесии	Ходьба по гимнастической скамейке перешагивая предметы, с мешочком на голове. Ходьба по веревке выложенной змейкой руки в стороны, приставным шагом правое, левое плечо вперед.	5
4	Гимнастика	Упражнения с мешочками	Осваивать технику выполнения упражнений с набивными мешочками.	4
5	Гимнастика	Ползание по гимнастической скамейке	Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, на животе подтягиваясь двумя руками с помощью, подтягиваясь поочередно правой-левой рукой с помощью, ползание по наклонной скамейке на четвереньках	3
6	Гимнастика	Строевые упражнения	Перестроение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Движение по диагонали противоходом, «змейкой».	3
7	Гимнастика	Лазанье по гимнастической стенке	Лазанье по гимнастической стенке одноименным способом с помощью, одноименным способом на заданное расстояние с	3

			помощью.	
ИГРЫ 36				
1	Игры на свежем воздухе	Игры на быстроту реакции	ОРУ в движении. Игры: «Кто дальше бросит», «Кто обгонит». Эстафеты с обручами. Развитие скорстно-силовых способностей.	5
2	Игры на свежем воздухе	Игра «Кто первый»	ОРУ в движении. Осваивать правила игр и уметь играть в подвижные игры. Эстафеты с обручами.	1
3	Игры на свежем воздухе	Игра «Вызов номеров»	ОРУ в движении. Осваивать правила игр и уметь играть в подвижные игры.	7
4	Игры на свежем воздухе	Игра «Мяч среднему»	ОРУ в движении. Осваивать правила игр и уметь играть в подвижные игры.	2
5	Игры на свежем воздухе	Игра «Белые медведи»	ОРУ в движении. Осваивать правила игр и уметь играть в подвижные игры.	2
6	Игры на свежем воздухе	Игра «Зайцы, сторож и Жучка»	ОРУ в движении. Осваивать правила игр и уметь играть в подвижные игры.	1
7	Игры на свежем воздухе	Игра «Метка в цель»	ОРУ в движении. Осваивать правила игр и уметь играть в подвижные игры.	2
8	Игры на свежем воздухе	Игра «Прыжки по полоскам»	ОРУ в движении. Осваивать правила игр и уметь играть в подвижные игры.	1
9	Игры на свежем воздухе	Игра «Парашютисты»	ОРУ в движении. Осваивать правила игр и уметь играть в подвижные игры.	2
10	Игры на свежем воздухе	Эстафеты	ОРУ в движении. Осваивать правила игр и уметь играть в подвижные игры.	8
	Основы		Правила поведения на уроке легкой	6

	знаний		атлетики. Гигиенические требования к одежде и обуви. Ходьба и бег – основные движения человека. Строевые упражнения и понятия: колонна, шеренга. Предварительный контроль физической подготовленности.	
Лыжная и конькобежная подготовка (5)				
1	Лыжная подготовка	Правила поведения на уроках лыжной подготовки.	Беседа. Техника безопасности при занятии лыжной подготовкой.	1
2	Конькобежная подготовка	Упражнения на льду: скольжение, торможение, повороты.	Беседа. Техника безопасности при занятии. Обучение правильному движению руками	2
3	Лыжная подготовка	Переноска лыж с палками под рукой. Ступающий шаг	Передвижение влево, вправо приставным шагом.	2

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОМУ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОМУ ОБЕСПЕЧЕНИЮ

Учебно-методическое обеспечение.

1. Нормативные документы:

- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (Утвержден Приказом Минобрнауки России от 19 декабря 2014 г. № 1599);
- Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 22 декабря 2015 г. № 4/15);

2. Периодические издания

- Дефектология,
- Теория и практика физической культуры,
- Физическая культура: воспитание, образование, тренировка» и другие.

4. Демонстрационные материалы (плакаты, таблицы,

Материально-техническое обеспечение.

В соответствии с требованиями Стандарта для организации деятельности по физической культуре образовательная организация должна иметь крытые и открытые спортивные сооружения, игровое, спортивное, оздоровительное оборудование и инвентарь для освоения всех разделов учебного предмета. К оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования

В частности, оборудование спортивного зала для освоения программы во 2 классе предполагает наличие: гимнастической стенки, гимнастических скамеек разной высоты, каната, обручей разного диаметра, гимнастических матов, мячей резиновых разного диаметра, гантелей, мячей теннисных, гимнастических палок, скакалок, набивных мешочков, мячей набивных, набора для подвижных игр, лент, веревочек и т.д.). Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям школьников; его количество определяется из расчёта активного участия всех детей в процессе занятий.

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора

по У.Р.



Осадчая Н.Н.

Календарно-тематическое
планирование уроков
(адаптивной)
физической культуры
2 класс на 2023 – 2024 учебный год
на 1 полугодие
Количество часов-51
в неделю-3 часа

Планирование составлено на основе
рабочей программы для 2 класса

Составитель:
учитель
физической
культуры

2 класс

Учитель: Тимакова Альфия Валентиновна

№	Тема, Раздел урока	Планируемые результаты		Характеристика Основных видов деятельности обучающихся	Дом. задание	Кол- во часов	Дата
		предметные	личностные				
1 четверть							
1	Вводный инструктаж. Сообщение теоретических сведений.	Знать выполнение техники безопасности на уроке. Уметь играть в подвижные игры.	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстникам и на принципах уважения и доброжелательности.	Правила поведения на уроке легкой атлетики. Гигиенические требования.			
2	Перестроение в 2 шеренги по расчету на 1-2. О.Р.У., бег, прыжки через короткую скакалку. Игра .	Выполнять технику ходьбы и бега. Уметь играть в подвижные игры.	Проявлять Положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	Строевые упражнения, О.Р.У., ходьба .Развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем.			
3	Перестроение по расчету. О.Р.У. без предметов. Упр-я с длинной скакалкой.	Выполнять технику ходьбы и бега. Уметь играть в подвижные игры.	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленн	Строевые упражнения, О.Р.У., ходьба. Развитие общей выносливости. Опосредованное закаливание. Коррекционная			

	Игра		ых целей.	игра.			
4	Перестроение в 2 шеренги. Упражнения с малыми мячами. Метание мяча. Бег. Игра.	Выполнять технику ходьбы и бега. Уметь играть в подвижные игры.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык	Строевые упражнения ,О.Р.У., ходьба ,бег. Развитие сердечно-сосудистой системы. Опосредованное закаливание. Коррекционная игра направленная на ориентировку в пространстве.			
5	Перестроение в 2 шеренги. Упражнения со скакалкой. Бег. Прыжки через короткую скакалку. Игра.	Выполнять технику ходьбы и бега. Знать понятия »Старт, финиш.»	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Строевые упражнения, О.Р.У. Развитие сердечно-сосудистой системы. Опосредованное закаливание. Коррекционная игра.			
6	Перестроение в круг. Упражнения с малыми мячами.	Выполнять технику бросков малого мяча. Уметь играть	Проявлять Положительные качества	Строевые упражнения ,О.Р.У. Развитие			

	Метание на дальность. Бег. Игра.	в подвижные игры.	личности и управлять своими эмоциями.	сердечно-сосудистой системы. Коррекционная игра на быстроту реакции.			
7	Перестроение в колонну по 3 по отделениям. Упражнения без предметов. Метание на дальность.	Выполнять технику бросков малого мяча. Уметь играть в подвижные игры.	Проявлять Положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	Строевые упражнения, О.Р.У. Развитие сердечно-сосудистой системы. Коррекционная игра для развития тактильно-кинестетической способности рук.			
8	Размыкание приставным шагом. Перестроение в колонну по 3. Метание мяча на дальность. Прыжки в длину. Игра.	Выполнять технику бросков малого мяча. Выполнять технику прыжков.	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Строевые упражнения, О.Р.У. Развитие сердечно-сосудистой системы. Коррекционная игра для активизации психических процессов.			
9	Перестроение из одной шеренги в 3 разомкнутые по отделениям. О.Р.У. с малыми мячами. Прыжки в длину с разбега. Игра.	Выполнять технику бросков малого мяча. Выполнять технику прыжков	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Строевые упражнения, О.Р.У. Развитие скоросто-силовых способностей рук. Коррекционная игра для активации психических процессов: восприятия,			

				внимания, памяти.			
10	Перестроение из одной шеренги в 3. О.Р.У. с малыми мячами. Прыжки в длину с разбега.	Выполнять технику бросков малого мяча. Выполнять технику прыжков	Проявлять Положительные качества личности и управляться с эмоциями.	Строевые упражнения, О.Р.У. Развитие скоростно-силовых способностей рук. Коррекционная игра для развития психических процессов: восприятия, памяти, внимания.			
11	Перестроение в круг из колонны по одному. О.Р.У. Прыжки с высоты. Упражнения в равновесии. Игра.	Выполнять технику упражнений в равновесии. Уметь играть в подвижные игры.	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Строевые упражнения, О.Р.У. Развитие скоростно-силовых способностей рук и координационных способностей. Коррекционная игра для активации психических процессов.			
12	Перестроение в круг. О.Р.У. и специальные упражнения на осанку. Упражнения в равновесии. Игра.	Выполнять технику упражнений в равновесии. Уметь играть в подвижные игры.	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Строевые упражнения, О.Р.У. Развитие скоростно-силовых способностей ног, координационных способностей. Коррекционная игра направленная для активации психических процессов.			

13	<p>Перестроение в колонну по 4 по отделениям. Упражнения на осанку. Упражнения в равновесии. Прыжки через короткую скакалку. Игра.</p>	<p>Выполнять технику упражнений в равновесии. Уметь играть в подвижные игры.</p>	<p>Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.</p>	<p>Строевые упражнения, О.Р.У. Ходьба, бег. Развитие координационных способностей. Коррекционная игра направленная на ориентировку в пространстве.</p>			
14	<p>О.Р.У. в колонне по одному в движении. Прыжки через короткую скакалку. Игра.</p>	<p>Выполнять технику прыжков. Уметь играть в подвижные игры.</p>	<p>Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.</p>	<p>Строевые упражнения, О.Р.У., ходьба, бег. Коррекция двигательных нарушений. Развитие гибкости. Коррекционная игра для активации психических процессов.</p>			
15	<p>Строевые упражнения Общеразвивающие упражнения в колонне по одному в движении. Прыжки через короткую скакалку.</p>	<p>Выполнять технику прыжков. Уметь играть в подвижные игры.</p>	<p>Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.</p>	<p>Строевые упражнения, О.Р.У. Развитие скоростно-силовых способностей ног, коррекционных способностей. Коррекционная игра для</p>			

	Игра.			формирования способностей вести совместные действия с партнером.			
16	Перестроение в колонну по 4 по отделениям. Общеразвивающие упражнения специальные упражнения на осанку. Игра.	Осваивать технику строевых и акробатических упражнений. Уметь играть в подвижные игры.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык.	Строевые упражнения, О.Р.У. Развитие скоростно-силовых способностей рук и координационных способностей. Коррекционная игра для развития мелкой моторики рук.			
17	Перестроение. Общеразвивающие упражнения. Упражнения в преодолении полосы препятствий: равновесие, прыжок с высоты, прыжки по «кочкам», прыжок в длину и ведение теннисного мяча. Игра.	Выполнять технику упражнений в равновесии. Уметь играть в подвижные игры. Выполнять технику бросков малого мяча. Выполнять технику прыжков	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык.	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения. Развитие скоростно-силовых способностей ног, координационных способностей. Коррекционная игра для активации психических процессов.			
18	Эстафеты.	Выполнять правила эстафет и уметь играть в подвижные	Активно включаться в общение и взаимодействие со	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения, бег, ходьба.			

		игры.	сверстникам и на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи.	Коррекционная игра для формирования способностей вести совместные действия с партнером. Развитие ритмических способностей.			
19	Перестроение в 2 шеренги по расчету на 1-2 . Общеразвивающие упражнения с гимнастическими палками. Прыжки в длину с места. Лазанье по гимнастической стенке. Игра.	Выполнять технику прыжков. Уметь играть в подвижные игры.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам , находить с ними общий язык.	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения. Ходьба, бег. Формирование способностей вести совместные действия с партнёром.			
20	Перестроение в 2 шеренги п. Развитие ритмических способностей по расчету на 1-2 . Общеразвивающие упражнения. Прыжки в длину с места Лазанье по гимнастической стенке.	Демонстрировать технику строевых упражнений. Выполнять технику упражнений в равновесии и лазании. Уметь играть в подвижные игры.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам , находить с ними общий язык.	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения. Развитие скоростно-силовых способностей ног. Коррекционная игра для активации психических процессов: восприятия, памяти, внимания.			
21	Общеразвивающие упражнения в колонне по одному в движении. Упражнения в	Демонстрировать технику строевых упражнений. Выполнять технику упражнений в	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам , находить с	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения. Развитие скоростно-			

	равновесии и перелазанье. Игра.	равновесии и лазании. Уметь играть в подвижные игры.	ними общий язык.	силовых способностей рук и ног. Активация психических процессов: восприятия, памяти, внимания.			
22	Общеразвивающие упражнения в движении в колонне по одному. Упражнения в равновесии, лазанье по гимнастической стенке. Прыжки в длину с места.	Демонстрировать технику строевых упражнений. Выполнять технику упражнений в равновесии и лазании. Уметь играть в подвижные игры.	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстникам и на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи.	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения. Развитие скоростно-силовых способностей рук и ног. Активация психических процессов.			
23	Перестроение в круг. Общеразвивающие упражнения без предметов. Перелазанье. Прыжки в высоту. Игра.	Демонстрировать технику строевых упражнений. Выполнять упражнения в лазании. Проявлять качество силы и координации при выполнении упражнений в прыжках и перелазании. Уметь играть в подвижные игры.	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстникам и на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи.	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения. Развитие скоростно-силовых способностей рук.			
24	Перестроение в колонну по 4 по отделениям в движении. Упражнения без предметов.	Демонстрировать технику строевых упражнений. Выполнять упражнения в лазании. Проявлять	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения. Лечебно оздоровительные упражнения для			

	Прыжки в высоту. Игра.	качество силы и координации при выполнении упражнений в прыжках и перелазании. Уметь играть в подвижные игры.	х целей.	коррекции заболеваний и нарушений здоровья.			
25	Перестроение. Упражнения с малыми мячами. Прыжки в высоту. Игра.	Демонстрировать технику строевых упражнений. Проявлять качество силы и координации при выполнении упражнений в прыжках. Уметь играть в подвижные игры.	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения. Развитие координационных способностей. Коррекционная игра для активации речевой деятельности.			
26	Перестроение в круг. Упражнения с малыми мячами. Метание в цель. Акробатическ	Демонстрировать технику строевых упражнений. Осваивать технику метания малого мяча. Проявлять	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения. Развитие координационных способностей. Коррекционная			

	ие упражнения. Игра.	качество быстроты, силы и координации, при выполнении метания малого мяча. Выполнять технику акробатическ их упражнений. Уметь играть в подвижные игры.		игра для активации речевой деятельности.			
27	Перестроение из одной шеренги в 3 по отделениям. Общеразвиваю щие упражнения .Подвижные игры.	Демонстриро вать технику строевых упражнений. Выполнять правила игр и уметь играть в подвижные игры.	Проявлять дисциплини рованность, трудолюбие и упорство в достижении поставленны х целей.	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения. Развитие координационных способностей. Коррекционная игра для развития способности ориентироваться в пространстве.			
2 четверть							
28	Общеразвивающ ие упражнения. с мешочками.	Демонстри ровать технику	Активно включат ься в	Строевые упражнения. Общеразвивающие			

	<p>Упражнения в равновесии. Акробатические упражнения. Упражнения с большими мячами.</p>	<p>строевых упражнений.</p> <p>Выполнять технику упражнений в равновесии.</p> <p>Выполнять технику акробатических упражнений.</p> <p>Уметь играть в подвижные игры.</p>	<p>общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и добродетельности, взаимопомощи.</p>	<p>упражнения.</p> <p>Развитие координационных способностей и силовых.</p> <p>Коррекционная игра.</p>			
29	<p>Перестроение в колонну по 4 в движении. Общеразвивающие упражнения. Упражнения в равновесии. Акробатические упражнения. Игра.</p>	<p>Демонстрировать технику строевых упражнений.</p> <p>Выполнять технику упражнений в равновесии.</p> <p>Выполнять технику акробатических упражнений.</p> <p>Уметь играть в подвижные игры.</p>	<p>Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и добродетельности, взаимопомощи.</p>	<p>Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения.</p> <p>Развитие способности ориентироваться в пространстве.</p>			

30	<p>Перестроение в круг. Общеразвивающие упражнения с короткими скакалками. Передвижение по скамейке с сохранением равновесия. Упражнения с большими мячами. Игра.</p>	<p>Демонстрировать технику строевых упражнений. Выполнять технику упражнений в равновесии. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.</p>	<p>Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи.</p>	<p>Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения. Коррекционная игра направленная на ориентировку в пространстве.</p>			
31	<p>Перестроение . Общеразвивающие упражнения. короткими скакалками. Игры с бегом и прыжками</p>	<p>Демонстрировать технику строевых упражнений. Выполнять правила игр и уметь играть в подвижные игры.</p>	<p>Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык.</p>	<p>Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения. Развитие координационных способностей. Коррекционная игра для развития способности ориентироваться в пространстве.</p>			

32	<p>Перестроение в круг из колонны по одному. Общеразвивающие упражнения. Прыжки с высоты. Упражнения в равновесии. Игра.</p>	<p>Демонстрировать технику строевых упражнений. Выполнять технику упражнений в равновесии.</p>	<p>Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык.</p>	<p>Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения. Развитие скоростно-силовых способностей рук и координационных способностей. Коррекционная игра для активации психических процессов.</p>			
33	<p>Перестроение в колонну по 4 по отделениям. Упражнения на осанку. Упражнения в равновесии. Прыжки через короткую скакалку. Игра.</p>	<p>Демонстрировать технику строевых упражнений. Выполнять технику упражнений в равновесии. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.</p>	<p>Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык.</p>	<p>Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения. Ходьба, бег. Развитие координационных способностей. Коррекционная игра направленная на ориентировку в пространстве.</p>			

34	<p>Комплекс Общеразвиваю щие упражнения с большими мячами. Коррекционная игра «Перебежки в парах».</p>	<p>Демонстр ировать технику строевых упражнений. Выполняют правила игр и уметь играть в подвижны е игры.</p>	<p>Оказыват ь бескорыс тную помощь своим сверстник ам, находить с ними общий язык.</p>	<p>Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения. Ходьба, бег. Развитие координационных способностей. Коррекционная игра направленная на ориентировку в пространстве.</p>			
35	<p>Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками. Сюжетные общеразвиваю щие упражнения. Игра «Охотники и зайцы»</p>	<p>Демонстр ировать технику строевых упражнений. Участвова ть в подвижны х играх. Проявлять находчиво сть в решении игровых задач.</p>	<p>Оказыват ь бескорыс тную помощь своим сверстник ам, находить с ними общий язык.</p>	<p>Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения. Ходьба, бег. Развитие координационных способностей. Коррекционная игра направленная на ориентировку в пространстве.</p>			
36	<p>Коррекционная игра «Части</p>	<p>Демонстр ировать</p>	<p>Оказыват</p>	<p>Строевые упражнения.</p>			

	<p>тела».</p> <p>Комплекс общеразвивающих упражнений с большими мячами.</p>	<p>технику строевых упражнений.</p> <p>Участвовать в подвижных играх.</p> <p>Проявлять находчивость в решении игровых задач.</p>	<p>ь</p> <p>бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык.</p>	<p>Общеразвивающие упражнения.</p> <p>Развитие координационных способностей и силовых.</p> <p>Коррекционная игра.</p>			
37	<p>Перебрасывание мяча друг другу в парах снизу. Сюжетные общеразвивающие упражнения. Игра «Охотники и зайцы».</p>	<p>Демонстрировать технику строевых упражнений.</p> <p>Участвовать в подвижных играх.</p> <p>Проявлять находчивость в решении игровых задач.</p>	<p>Оказывать</p> <p>ь</p> <p>бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык.</p>	<p>Строевые упражнения.</p> <p>Общеразвивающие упражнения.</p> <p>Развитие координационных способностей и силовых.</p> <p>Коррекционная игра.</p>			
38	<p>Комплекс общеразвиваю</p>	<p>Демонстрировать</p>	<p>Оказывает</p>	<p>Строевые упражнения.</p>			

	<p>щих упражнений со средними мячами. Игра «Перестрелка»</p>	<p>технику строевых упражнений.</p> <p>Участвовать в подвижных играх.</p> <p>Проявлять находчивость в решении игровых задач.</p>	<p>ь</p> <p>бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык.</p>	<p>Общеразвивающие упражнения.</p> <p>Ходьба, бег. Развитие координационных способностей.</p> <p>Коррекционная игра направленная на ориентировку в пространстве.</p>			
39	<p>Коррекционная игра «Что пропало?»</p> <p>Общеразвивающие упражнения со средними мячами.</p> <p>Перебрасывание мяча из-за головы.</p>	<p>Демонстрировать технику строевых упражнений.</p> <p>Участвовать в подвижных играх.</p> <p>Проявлять находчивость в решении игровых задач.</p>	<p>Оказывать</p> <p>ь</p> <p>бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык.</p>	<p>Строевые упражнения.</p> <p>Общеразвивающие упражнения.</p> <p>Развитие сердечнососудистой системы.</p> <p>Коррекционная игра для активизации психических процессов.</p>			

40	<p>Комплекс общеразвивающих упражнений с малыми мячами. Игра «С кочки на кочку».</p>	<p>Демонстрировать технику строевых упражнений. Осваивать технику метания малого мяча. Проявлять качество быстроты, силы и координации, при выполнении метания малого мяча.</p>	<p>Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык.</p>	<p>Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения. Развитие сердечнососудистой системы. Коррекционная игра для активизации психических процессов.</p>			
41	<p>Сюжетные общеразвивающие упражнения. Коррекционная игра «Зайчики-пальчики». Удары мяча о пол разноименным и руками.</p>	<p>Демонстрировать технику строевых упражнений. Осваивать технику метания малого мяча. Проявлять качество быстроты, силы и координации, при выполнении метания малого мяча.</p>	<p>Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык.</p>	<p>Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения. Развитие сердечнососудистой системы. Коррекционная игра для активизации психических процессов.</p>			

42	<p>Комплекс общеразвивающих упражнений с набивными мячами. Удары мяча о пол в движении приставным шагом.</p>	<p>Демонстрировать технику строевых упражнений. Осваивать технику метания малого мяча. Проявлять качество быстроты, силы и координации, при выполнении метания малого мяча.</p>	<p>Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык.</p>	<p>Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения. Ходьба, бег. Развитие координационных способностей. Коррекционная игра направленная на ориентировку в пространстве.</p>			
43	<p>Броски мяча в стену снизу двумя руками. Игра «Ловишки-хвостики».</p>	<p>Демонстрировать технику строевых упражнений. Осваивать технику метания малого мяча. Проявлять качество быстроты, силы и координации, при выполнении метания малого мяча.</p>	<p>Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.</p>	<p>Развитие скоростно-силовых способностей ног. Коррекционная игра для формирования способности вести совместные действия с партнером, развитие точности движений.</p>			

44	<p>Дыхательные упражнения «Воздушный шар», «Окно-дверь». Броски мяча в стену двумя руками из-за головы.</p>	<p>Демонстрировать технику строевых упражнений. Осваивать технику метания малого мяча. Проявлять качество быстроты, силы и координации, при выполнении метания малого мяча.</p>	<p>Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.</p>	<p>Упражнения на релаксацию, дыхательные упражнения в игровой форме. Развитие скоростных и координационных способностей: дифференцирование пространственных и силовых параметров движения.</p>			
45	<p>Игра «Ловишки-хвостики». Дыхательные упражнения «Часы», «Веселый петушок». Сюжетные общеразвивающие упражнения.</p>	<p>Демонстрировать технику строевых упражнений. Участвовать в подвижных играх. Проявлять находчивость в решении игровых</p>	<p>Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.</p>	<p>Упражнения на релаксацию, дыхательные упражнения в игровой форме. Развитие скоростных и координационных способностей: дифференцирование пространственных и силовых параметров движения.</p>			

		задач.					
46	Запрыгивание и спрыгивание с низких устойчивых предметов. Комплекс общеразвивающих упражнений с набивными мешочками. Коррекционная игра « Мишка на льдине».	Осваивать технику прыжков различными способами и. Проявлять качество силы, быстроты и координации при выполнении прыжковых упражнений. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Развитие скоростно-силовых способностей ног. Коррекционная игра для формирования способности вести совместные действия с партнером, развитие точности движений.			
47	Метание набивного мешочка снизу ведущей рукой. Комплекс общеразвивающих упражнений с веревочкой. Коррекционная игра «Море, берег, парус».	Осваивать технику метания набивного мешочка. Проявлять качество быстроты, силы и координации, при выполнении	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных	Развитие скоростно-силовых способностей ног. Коррекционная игра для формирования способности вести совместные действия с партнером, развитие точности движений.			

		<p>ии метания мешочка</p> <p>Участвовать в подвижных играх.</p> <p>Проявлять находчивость в решении игровых задач.</p>	целей.				
48	Лазание по наклонной гимнастической скамейке в упоре лежа, подтягиваясь руками. Игра «Мышеловка».	<p>Демонстрировать технику строевых упражнений.</p> <p>Выполнять упражнения в лазании.</p> <p>Проявлять качества силы, быстроты и координации при выполнении</p>	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Развитие скоростно-силовых способностей ног. Коррекционная игра для формирования способности вести совместные действия с партнером, развитие точности движений.			

		<p>ии упражнений в лазании.</p> <p>Выполняют игровые действия в условиях учебной деятельности.</p> <p>Проявляют находчивость в решении игровых задач.</p>					
--	--	---	--	--	--	--	--