Министерство образования Свердловской области ГБОУ СО «Буткинская школа-интернат, реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы»

СОГЛАСОВАНО: Председатель МС ______/ Кедровских Е.В./

СОГЛАСОВАНО: Заместитель директора по УР / Цепелева О.Ф./ «СБ» ОР 2005г. УТВЕРЖДАЮ; И.о. директора ГБОУ СО «Буткинская школа-интернат /Чуприянов Г.Е. / 2025

Рабочая программа
по адаптивной физической культуре
для обучающихся с
нарушением интеллекта (вариант 1)
3 класса
на 2025–2026 учебный год

Составитель: учитель Силина Н.Л.

ОГЛАВЛЕНИЕ

I.	ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	1
II.	СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ	6
III.	ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ	9
IV.	УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС	. 16
V.]	КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ	.16

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.

ФАООП УО (вариант 1) адресована обучающимся с нарушением интеллекта (вариант 1) с учетом реализации их особых образовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей.

Учебный предмет «Адаптивная физическая культура» относится к предметной области «Физическая культура» и является обязательной частью учебного плана. В соответствии с учебным планом рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 3 классе рассчитана на 34 учебные недели и составляет 101 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 нарушением интеллекта (вариант 1) в процессе приобщения их к физической культуре, коррекция недостатков психофизического развития, расширение индивидуальных двигательных возможностей, социальной адаптации.

Задачи обучения:

- коррекция нарушений физического развития;
- формирование двигательных умений и навыков;

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

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 3 классе определяет следующие задачи:

Задачи учебного предмета:

- формирование элементарных знаний о распорядке дня, личной гигиене:
 - формирование умения выполнять комплекс утренней гимнастики;
- формирование умения подавать команды при сдаче рапорта, выполнять команды в строю, соблюдать дистанцию при перестроениях;
 - формирование умения принимать правильную осанку;
- формирование умения ходить в различном темпе с различными исходными положениями рук;

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

II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

Уроки «Адаптивной физической культуры» у обучающихся с нарушением интеллекта (вариант 1) 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	23	-
3	Легкая атлетика	37	-
4.	Игры	24	-
5.	Лыжная подготовка	17	-
	Итого:	101	-

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

III. 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:

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

- знать правила бережного обращения с инвентарём и оборудованием,
- соблюдать требования техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

Достаточный уровень:

- практически осваивать элементы гимнастики, лёгкой атлетики, лыжной подготовки, спортивных и подвижных игр и других видов физической культуры;
 - самостоятельное выполнять комплексы утренней гимнастики;
- владеть комплексами упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища;
- участвовать в оздоровительных занятиях в режиме дня (физкультминутки);
- выполнять основные двигательные действия в соответствии с заданием учителя: бег, ходьба, прыжки и др.;
 - подавать и выполнять строевые команды;
- уметь вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- совместное участвовать со сверстниками в подвижных играх и эстафетах;
- оказывать посильную помощь и поддержку сверстникам в процессе участия в подвижных играх и соревнованиях;
 - знать спортивные традиции своего народа;
- знать способы использования различного спортивного инвентаря в основных видах двигательной активности и применять их в практической деятельности;
- знать правила и технику выполнения двигательных действий, применять усвоенные правила при выполнении двигательных действий под руководством учителя;

- знать и применять правила бережного обращения с инвентарём и оборудованием в повседневной жизни;
- соблюдать требования техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

Система оценки 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.

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

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

При оценке предметных результатов учитель руководствуется следующими критериями:

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

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

К значительным ошибкам относятся такие, которые не вызывают особого искажения структуры движений, но влияют на качество выполне-

ния, хотя количественный показатель не намного ниже. Примеры значительных ошибок:

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

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

Оценка «2» - не ставится.

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

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

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

IV. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС

Программы:

- 1. Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 года №1026.
- 2. Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся 1 4 классов с нарушением интеллекта (вариант 1) ГБОУ СО «Буткинская школа-интернат» на 2025-2026 учебный год.

Учебная литература:

- 1. Григорьев Д. В.Совершенствование двигательных способностей школьников в условиях общеобразовательной школы. СПб.: Наука-Питер, 2015.
- 2. Л.В.Токарская, Н.А. Дубровина, Н.Н. Бабийчук. Учебное пособие «Особенности физической культуры детям и подросткам с умственной отсталостью».:Издательство Уральского университета, 2017.-191 с.

Нормативно-правовые документы:

- 1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- 2. Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) от 19 декабря 2014 года № 1599.
- 3. Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарноэпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи».
- 4. Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными на-

- рушениями). Утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 года №1026.
- 5. Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
- 6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 22 марта 2021 года № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам образовательным программа начального общего, основного общего и среднего общего образования» (с изменениями и дополнениями от 11.02.2022 №69, от 07.10.2022 №888)
- 7. Закон Свердловской области от 15 июля 2013 года № 78-ОЗ «Об образовании в Свердловской области».
- 8. Устав государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Свердловской области «Буткинская школа-интернат, реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы», утвержденный приказом Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 10.01.2020 года №20-Д.
- 9. Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся 1 4 классов с нарушением интеллекта (вариант 1) ГБОУ СО «Буткинская школа-интернат» на 2025-2026 учебный год.
- 10. Учебный план для обучающихся 1 4 классов с нарушением интеллекта (вариант 1) ГБОУ СО «Буткинская школа-интернат» на 2025-2026 учебный год.
- 11. Календарный учебный график ГБОУ СО «Буткинская школаинтернат» 2025—2026 учебного года.
- 12. Расписание уроков 1-4 классов ГБОУ СО «Буткинская школаинтернат, реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы» 2025 – 2026 учебного года.

Оборудование:

- 1. Стенка гимнастическая Г
- 2. Бревно (скамейка) гимнастическая Г
- 3. Перекладина (нестандартная) Г
- 4. Скамейка гимнастическая Г
- 5. Мост гимнастический подкидной Г
- 6. Коврик гимнастический Г
- 7. Γ имнастические маты Γ
- 8. Мяч малый (теннисный) К
- 9. Скакалка гимнастическая К
- 10.Палка гимнастическая Г
- 11. Сетка для переноса мячей Д
- 12.Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой Д
- 13. Мячи баскетбольные Г
- 14. Мячи волейбольные Г
- 15. Сетка волейбольная Д
- 16.Стойки волейбольные Д
- 17. Мячи футбольные Г
- 18. Ворота малые Д
- 19.Мяч малый 150гр. Г
- 20.Обручи Г

V. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3
Ф.И.О. учителя	Силина Наталья Леонидовна

Количество учебных часов:	Всего – 101 ч.	В неделю – 3 ч.	
1.Обучающе-развивающих	101 ч.		
2.Контрольных		-	

№	Тема	Кол-во часов	Программное содержание	Дифференциация видов деятельности	
312	предмета			Минимальный уровень	Достаточный уровень
	<u> </u>	I	1 четвер	оть- 24 часа	
			Легкая атле	етика– 17 часов	
1	Правила поведения	03.09.	Беседа о правилах поведе-	Слушают объяснение и рассмат-	Слушают объяснение и рас-
	на уроках физиче-		ния на уроках физкультуры.	ривают помещение и оборудова-	сматривают помещение и обо-
	ской культуры		Выполнение 3-4 упражне-	ние спортивного зала (с помощью	рудование спортивного зала.
	(техника безопас-		ний утренней гимнастики.	учителя).	Слушают инструктаж, отве-
	ности)		Подвижная игра на про-	Слушают инструктаж, отвечают на	чают на вопросы односложно
			странственное ориентиро-	вопросы односложно (да/нет) и	(да/нет) и зрительно воспри-
			вание	зрительно воспринимают образец	нимают образец поведения на
				поведения на уроках физической	уроках физической культуры
				культуры (техника безопасности).	(техника безопасности).
				Участвуют в подвижной игре по	Играют в подвижную игру по
				показу и инструкции учителя	инструкции учителя

2	Понятия о предва-	04.09.	Построение в шеренгу, ко-	Выполняют построение по показу	Выполняют построения и пе-
	рительной и ис-	0	лонну.	учителя.	рестроения по сигналу учите-
	полнительной ко-		Определение видов команд.	Зрительно воспринимают образец	ля.
	мандах		Повторение строевых дей-	выполнения и соотносят с голосо-	Ориентируются на образец
	mana		ствий в соответствии с ко-	вым(звуковым) сигналом предва-	выполнения предварительной
			мандой.	рительную и исполнительную ко-	и исполнительной команд.
			Бег в медленном темпе в	манды. Выполняют медленный бег	Выполняют комплекса утрен-
			колонне по одному.	за наиболее физически развитым	ней гимнастики с опорой на
			Выполнение комплекса ут-	обучающимся из 2 группы, ориен-	образец. Выполняют медлен-
			ренней гимнастики.	тируясь на его пример.	ный бег.
			Подвижная игра на по-	Выполняют комплекса утренней	Играют в подвижную игру по-
			строение в разных частях	гимнастики с опорой на зритель-	сле инструкции учителя
			зала	ный образец и подсказкам учите-	
			Sulla	ля.	
				Участвуют в игре по инструкции	
				учителя	
3	Ходьба с контро-	05.09.	Построение в шеренгу, ко-	Выполняют простые виды по-	Выполняют построения и пе-
	лем и без контроля		лонну.	строений, осваивают на доступном	рестроения в шеренгу, колон-
	зрения, изменени-		Выполнение поворотов на	уровне строевые действия в ше-	ну, осваивают действия в ше-
	ем скорости		месте налево и направо пе-	ренге и колонне (с помощью учи-	ренге и колонне.
			реступанием.	теля).	Выполняют ходьбу с измене-
			Выполнение ходьбы с из-	Выполняют ходьбу шеренгой с	нием скорости. Выполняют
			менением скорости.	открытыми и закрытыми глазами	ходьбу шеренгой с открытыми
			Выполнение ходьбы ше-	(по возможности). Выполняют 4-5	и закрытыми глазами. Выпол-
			ренгой с открытыми и за-	упражнений. Выполняют ходьбу с	няют комплекс упражнений.
			крытыми глазами.	изменением скорости. Участвуют	Участвуют в различных видах
			Выполнение общеразви-	в подвижной игре по инструкции и	игр после инструкции и показа
			вающих упражнений.	показу учителя, ориентируясь на	учителя.
			Подвижная игра с бегом	поэтапный показ отдельных дей-	
				ствий.	

4	Ходьба с высоким	10.09.	Выполнение построения в	Выполняют построение по показу	Выполняют построение. Вы-
	подниманием бед-		шеренгу и сдача рапорта.	учителя.	полняют ходьбу. Выполнение
	ра, в полуприсяде,		Выполнение ходьбы с со-	Выполняют ходьбу (под контро-	ходьбы с перешагиванием че-
	с различными по-		хранением правильной	лем учителя). Выполнение ходьбы	рез большие мячи с высоким
	ложениями рук		осанки.	с перешагиванием через большие	подниманием бедра, в мед-
			Выполнение ходьбы с пе-	мячи с высоким подниманием	ленном, среднем и быстром
			решагиванием через боль-	бедра, в медленном, среднем и бы-	темпе, со сменой положений
			шие мячи с высоким под-	стром темпе, со сменой положе-	рук: вперёд, вверх, с хлопка-
			ниманием бедра, в медлен-	ний рук: вперёд, вверх, с хлопками	ми.
			ном, среднем и быстром	(обучающиеся с трудностями ко-	Выполняют общеразвиваю-
			темпе, со сменой положе-	ординации ходят, взявшись за ру-	щие упражнения.
			ний рук: вперёд, вверх, с	ки с учителем).	Выполняют медленный бег.
			хлопками.	Выполняют общеразвивающие	Осваивают и используют иг-
			Выполнение общеразви-	упражнения после неоднократного	ровые умения
			вающих упражнений.	показа по прямому указанию учи-	
			Выполнение бега в медлен-	теля.	
			ном темпе 80-100 м.	Выполняют медленный бег за	
			Подвижная игра с бросани-	наиболее физически развитым	
			ем мяча	обучающимся из 2 группы, ориен-	
				тируясь на его пример. Осваивают	
	Б	11.00	D	и используют игровые умения	
5	Беговые упражне-	11.09.	Выполнение ходьбы с из-	Выполняют ходьбу с изменением	Выполняют ходьбу с измене-
	R ИН		менением скорости.	скорости. Выполняют различные	нием скорости. Выполняют
			Выполнение бега в задан-	виды бега: на носках, с высоким	различные виды бега: на нос-
			ном направлении. Ознакомление с названием	подниманием бедра и захлестыва-	ках, с высоким подниманием
				нием голени назад.	бедра и захлестыванием голе-
			беговых упражнений и их	Осваивают беговые упражнения	ни назад.
			выполнение. Эстафета с бегом	выполняя на уменьшенном расстоянии.	Выполняют беговые упражнения.
			Эстафета с бегом	Участвуют в соревновательной	ния. Участвуют в соревнователь-
				-	ной деятельности
				деятельности	нои деятельности

6	Бег в колонне по	12.09.	Построение в шеренгу.	Выполняют простые команды по	Выполняют команды по по-
	прямой и со сме-		Подвижная игра с элемен-	сигналу учителя с одновременным	строению и перестроению по
	ной направлений		тами перестроений.	показом способа выполнения по-	сигналу учителя (при необхо-
	по ориентирам		Выполнение бега с высо-	строения и перестроения.	димости ориентируются на
			ким поднимание бедра, со-	Осваивают бег в колонне по пря-	образец). Осваивают бег в ко-
			храняя дистанцию и пра-	мой и со сменой направлений по	лонне по прямой и со сменой
			вильную осанку.	ориентирам.	направлений по ориентирам.
			Выполнение комплекса уп-	Выполняют комплекс упражнений	Выполняют комплекс упраж-
			ражнений типа зарядки.	наименьшее количество раз	нений.
			Подвижная игра с элемен-	Участвую в подвижной игре после	Участвуют в различных видах
			тами общеразвивающих	инструкции и показа учителя	игр показа учителя
			упражнений		
7	Бег в чередовании	17.09.	Выполнение построения в	Выполняют строевые действия по	Выполняют по показу учителя
	с ходьбой до 100 м.		шеренгу и сдача рапорта.	пошаговой/ поэтапной инструкции	упражнения для развития пе-
			Закрепление выполнения	педагога. Удерживают правиль-	реключаемости движений.
			бега в колонне правильно	ную осанку во время бега, ходьбы	правильную осанку во время
			держа туловище, работая	(с помощью учителя, при необхо-	бега, ходьбы. Смотрят образец
			руками, ставя стопу на но-	димости пошаговая инструкция	выполняют упражнения в че-
			сок, свободно двига-	учителя).	редовании ходьбы и бега.
			ясь.Выполнение чередова-	Смотрят образец выполнения уп-	Играют в подвижную игру по-
			ния бега и ходьбы на рас-	ражнения, слушают инструкцию	сле инструкции учителя
			стоянии.	учителя, выполняют упражнения в	
			Коррекционная игра	чередовании ходьбы и бега. Уча-	
				ствуют в игре по инструкции учи-	
				теля	
8	Понятие низкий	18.09.	Выполнение построения в	Выполняют построение в шеренгу	Выполняют построение в ше-
	старт. Бег на ско-		шеренгу и сдача рапорта.	и сдача рапорта с подсказкой учи-	ренгу и сдача рапорта. Вы-
	рость 30 м		Выполнение ходьбы с из-	теля.	полняют ходьбу с изменением
			менением скорости.	Выполняют ходьбу с изменением	скорости. Осваивают быстрый
			Выполнение бега в задан-	скорости. Осваивают быстрый бег,	бег, ориентируясь на образец
			ном направлении.	ориентируясь на образец выпол-	выполнения учителем. Вы-

9	Прыжки на одной	19.09.	Выполнение бега с высоким поднимание бедра, сохраняя дистанцию и правильную осанку. Освоение специально беговых упражнений. Освоение правил техники безопасности во время выполнения упражнений в паре. Демонстрация техники низкого старта.	нения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют подводящие, строевые и общеразвивающие упражнения по показу учителя и/или с опорой на пример обучающихся из 2 группы выполняют упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя. Выполняют перебежки группами и по одному 15—20 м с низкого старта с опорой на пример обучающихся из 2 группы выполняют упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя Выполняют общеразвивающие	полняют подводящие, строевые и общеразвивающие упражнения по показу учителя. Выполняют перебежки группами и по одному 15—20 м с низкого старта с опорой образец
	ноге на месте, с продвижением вперед		вивающими упражнениями. Ориентирование в направлении движений. Выполнение несколько подпрыгиваний подряд в заданном направлении. Подвижная игра с метанием	упражнения наименьшее количество раз. Ориентируются в направлении движений с помощью педагога. Прыгают на двух ногах с продвижением вперед. Участвуют в подвижиной игре по показу и инструкции учителя	щие упражнения после инструкции и по показу педагога. Выполняют прыжки в заданном направлении, ориентируясь на зрительнопространственные опоры. Играют в подвижную игру по инструкции учителя
10	Прыжки в высоту	24.09.	Выполнение различных видов ходьбы в колонне. Выполнение общеразвивающих упражнений с флажками. Ознакомление с переноской	Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем своде стопы. Выполняют 3-4 упражнений с флажками. Выполняют прыжки после инст-	Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы. Выполняют комплекс упражнений с флажками. Выполняют прыжки после инструкции

			гимнастических матов.	рукции и неоднократного показа	и показа учителя.
			Демонстрация прыжка в	учителем (при необходимости:	Играют в подвижную игру по-
			высоту.	пошаговая инструкция учителя,	сле инструкции и показа учи-
			Подвижная игра с метанием	пооперационный контроль выпол-	теля
			подвижная игра с метапием	нения действий).	10317
				Участвуют в подвижной игре по	
				показу и инструкции учителя	
11	Прыжок в длину с	25.09.	Выполнение ходьбы в мед-	Выполняют ходьбу в медленном и	Выполняют ходьбу в медлен-
11	места	23.09.	ленном и быстром темпе.	быстром темпе.	ном и быстром темпе. Выпол-
	Mecia		Выполнение медленного	-	i -
			1	Выполняют прыжки после инст-	няют прыжки после инструк-
			бега.	рукции и неоднократного показа	ции и показа учителя.
			Демонстрация прыжка в	учителя (при необходимости: по-	Выполняют метание с места в
			длину с места.	шаговая инструкция учителя, по-	горизонтальную цель
			Выполнение прыжка тех-	операционный контроль выполне-	
			нически правильно, оттал-	ния действий), прыгают на толч-	
			киваясь и приземляясь.	ком одной или двумя ногами с	
			Выполнение беговых уп-	места.	
			ражнений.	Осваивают метание с места в го-	
			Метание с места в горизон-	ризонтальную цель, ориентируясь	
			тальную цель	на образец выполнения	
12	Прыжок с 3-5 бе-	26.09.	Выполнение ходьбы с уп-	Выполняют ходьбу с упражнения-	Выполняют ходьбу с упраж-
	говых шагов в		ражнениями для рук в че-	ми для рук в чередовании с други-	нениями для рук в чередова-
	длину с разбега		редовании с другими дви-	ми движениями по показу учителя.	нии с другими движениями.
			жениями.	Прыгают в длину с небольшого	Прыгают с небольшого разбе-
			Выполнение непрерывного	разбега.	га в длину.
			бега в среднем темпе.	Выполняют метание после инст-	Выполняют метание после ин-
			Демонстрирование техники	рукции и неоднократного показа	струкции и показа учителя
			прыжка с разбега: правиль-	учителя	
			но разбегаясь, сильно от-		
			талкиваясь и мягко призем-		
			ляясь.		

			Моточно о мосто в вости		
			Метание с места в верти-		
12	1.7	01.10	кальную цель	D	D C
13	Метание теннисно-	01.10.	Выполнение бега по пря-	Выполняют бег под контролем	Выполняют бег после инст-
	го мяча левой,		мой в шеренге.	учителя.	рукции, ориентируясь на зри-
	правой рукой с		Выполнение общеразви-	Выполняют 3-5 упражнения. Вы-	тельно-пространственные
	места в горизон-		вающих упражнений.	полняют различные виды метания	опоры.
	тальную цель		Ознакомление с названием	теннисных мячей после инструк-	Выполняют захват и удержа-
			мяча для метания.	ции и неоднократного показа учи-	ние теннисных мячей для ме-
			Демонстрация стойки и	теля.	тания после инструкции и по-
			техники метания мяча.	Участвуют в подвижной игре по	каза учителя. Играют в под-
			Освоение правильного за-	показу и инструкции учителя	вижную игру после инструк-
			хвата, стойки и произволь-		ции учителя
			ного метания теннисного		
			мяча в цель.		
			Игры с элементами обще-		
			развивающих упражнений		
14	Метание теннисно-	02.10.	Выполнение ходьбы в ко-	Выполняют ходьбу, ориентируясь	Выполняют ходьбу по указа-
	го мяча на даль-		лонне по одному с различ-	на образец выполнения учителем	нию учителя. Выполняют
	ность		ными заданиями для рук.	и/или обучающимися 2 группы.	комплекс упражнений по по-
			Выполнение комплекса	Выполняют 3-4 упражнения ком-	казу учителя.
			упражнений для укрепле-	плекса.	Выполняют метание на даль-
			ния туловища.	Выполняют метание на дальность,	ность после инструкции и по-
			Демонстрация стойки и	ориентируясь на образец выпол-	каза учителя
			техники метания мяча.	нения учителем и/или обучающи-	
			Освоение правильного	мися 2 группы	
			удержания мяча, ориенти-		
			рование в пространстве, со-		
			размерение своих усилий		
			Выполнение метания на		
			дальность сильнейшей ру-		
			кой		
			KUII		

15	Челночный бег	03.10.	Выполнение ходьбы с пе-	Выполняют ходьбу с перешагива-	Выполняют ходьбу с переша-
	(3х5) м.		решагиванием через боль-	нием через большие мячи с высо-	гиванием через большие мячи
			шие мячи с высоким под-	ким подниманием бедра по показу	с высоким подниманием бедра
			ниманием бедра.	учителя. Выполняют челночный	по инструкции учителя. Вы-
			Выполнение беговых уп-	бег 3х10 м.	полняют челночный бег 3х10
			ражнений.	Выполняют метание мячей с места	M.
			Выполнение челночного	левой и правой рукой	Метают мячи с места левой и
			бега, демонстрирование		правой рукой
			техники высокого старта.		
			Метание мячей с места ле-		
			вой и правой рукой		
16	Эстафетный бег	08.10.	Выполнение ходьбы со	Выполняют ходьбу со сменой по-	Выполняют ходьбу со сменой
			сменой положения рук.	ложения рук под контролем учи-	положения рук по показу учи-
			Выполнение упражнений	теля.	теля.
			для укрепления голено-	Выполняют упражнения наи-	Выполняют упражнения по
			стопных суставов и стоп.	меньшее количество раз. Участ-	инструкции и показу учителя.
			Преодоление своего этап и	вуют в соревновательной деятель-	Участвуют в соревнователь-
			передача эстафетной па-	ности по возможности (участвуют	ной деятельности (участвуют
			лочки участнику своей ко-	в эстафете)	в эстафете)
			манды		
17	Бросок набивного	09.10.	Ходьба со сменой положе-	Выполняют ходьбу, ориентируясь	Выполняют ходьбу со сменой
	мяча (вес до 1 кг)		ний рук: вперед, вверх, с	на образец выполнения обучаю-	положений рук: вперед, вверх,
	различными спо-		хлопками и т.д.	щего 2 группы или учителя.	с хлопками и т.д.
	собами двумя ру-		Выполнение быстрого бега	Бросают набивной мяч из различ-	Бросают набивной мяч из раз-
	ками		на скорость.	ных исходных положений мень-	личных исходных положений
			Определение названия мя-	шее количество раз	
			ча, какие качества развива-		
			ют упражнения с этим мя-		
			чом.		
			Выполнение броска, согла-		
			совывая движения рук и		

			туловища		
			1	ика— 7 часов	
18	Правила ТБ на занятиях гимнастикой. Значение физических упражнений для здоровья человека	10.10.	Беседа о правилах поведения на занятиях гимнастикой. Беседа о значении физических упражнений. Выполнение строевых действий, ориентирование в пространстве. Коррекционная игра	Слушают инструктаж, отвечают на вопросы односложно (да/нет) и зрительно воспринимают образец поведения на уроках физической культуры (техника безопасности). Просматривают видеоматериал по теоретическим вопросам адаптивной физической культуры. Отвечают на вопросы односложно. Слушают объяснение (инструкцию) учителя с фиксацией на этапах выполнения упражнения на ориентировку в пространстве	Слушают инструктаж, отвечают на вопросы односложно (да/нет) и зрительно воспринимают образец поведения на уроках физической культуры (техника безопасности). Просматривают видеоматериал по теоретическим вопросам адаптивной физической культуры. Отвечают на вопросы предложением. Воспринимают и запоминают расположение зрительных пространственных опор - ориентиров для выполнения построений и перестроений
19	Перестроение из шеренги в круг	15.10.	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 зрительнопространственные опоры. Выполняют комплекс упражнений по показу и инструкции учителя. Прыгают с высоты с мягким приземлением. Играют в игру после инструкции учителя
20	Перестроение из колонны по одно-	16.10.	Выполнение организующих строевых команд и приемов	Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем	Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения

	му в шеренгу по одному, размыкание на вытянутые руки		Выполнение ходьбы со сменой положений рук. Ознакомление с упражнениями для развития мышц кистей рук и пальцев. Выполнение приставных шагов в сторону, ориентирование в пространстве. Подвижная игра с метанием	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	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
21	Основные положения и движения рук, ног, туловища, головы: асимметричные движения рук	17.10.	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. Коррекционная игра на развитие точности движений	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. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	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. Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп, дистанцию во время движения, удерживая правильную осанку во время ходьбы. Играют в подвижную игру после инструкции
22	Дыхание во время ходьбы и бега	22.10.	Выполнение бега в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений. Выполнение тренировоч-	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 бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Отвечают на вопросы целым предложением. Выполняют построение в круги комплекс утренней зарядки

			v	D	
			ных упражнений на дыха-	Выполняют корригирующие уп-	по инструкции учителя.
			ние во время ходьбы, бега,	ражнения после неоднократного	Выполняют корригирующие
			проговаривание звуков на	показа по прямому указанию учи-	упражнения без предметов по-
			выдохе.	теля. Участвуют в игре по инст-	сле показа учителя.
			Подвижная игра на внима-	рукции учителя	Играют в подвижную игру по-
			ние		сле инструкции
23	Упражнения с	23.10.	Выполнение построений в	Выполняют упражнения с предме-	Выполняют упражнения с
	гимнастическими		шеренгу и колонну.	том, ориентируясь на образец вы-	предметом, ориентируясь на
	палками		Выполнение бега в чередо-	полнения учителем (или на обра-	образец выполнения учителем.
			вании с ходьбой.	зец правильного выполнения обу-	Осваивают и используют иг-
			Выполнение комплекса уп-	чающихся 2 группы). Участвуют в	ровые умения
			ражнений с гимнастической	игре по инструкции учителя	
			палкой.	1 10 0	
			Подвижная игра с бросками		
			и ловлей		
24	Ползание на четве-	24.10.	Выполнение упражнений на	Выполняют упражнения в равно-	Выполняют упражнения в
	реньках в медлен-		равновесие.	весии по показу учителя, по воз-	равновесии по инструкции
	ном темпе по гори-		Передвижение по гимна-	можности.	учителя.
	зонтальной гимна-		стической скамейке, приняв	Выполняют упражнения в полза-	Выполняют упражнения в
	стической скамей-		правильное положение	нии, ориентируясь на образец вы-	ползании после инструкции
	ке		упора.	полнения учителем и/или обу-	учителя.
			Подвижная игра с элемен-	чающимися 2 группы. Осваивают	Осваивают и используют иг-
			тами лазания	и используют игровые умения	ровые умения
			2 четвер	ть- 24 часа	
			Гимнасти	ка- 16 часов	
25	Упражнения на	05.11.	Беседа о правильной осан-	Получают элементарные теорети-	Получают элементарные тео-
	формирования		ке.	ческие сведения о правильной	ретические сведения о пра-
	правильной осанки		Выполнение упражнений,	осанке, зрительно воспринимают и	вильной осанке, зрительно
			направленные на формиро-	оценивают образец удержания	воспринимают и оценивают
			вания навыка правильной	правильной осанки.	образец удержания правиль-

			осанки.	Выполняют практические задания	ной осанки.
			Выполнение различных ви-	с заданными параметрами (демон-	Выполняют практические за-
			дов ходьбы с изменением	стрируют правильную осанку,	дания с заданными парамет-
			положений рук, ходьбы по	подбирают ответы на вопрос по	рами (демонстрируют пра-
			гимнастической скамейке,	предоставленным карточкам) с	вильную осанку, упражнения
			перешагивание через пред-	помощью педагога.	на формирования правильной
			меты.	Выполняют упражнения для рас-	осанки).
			Эстафеты с мячом	слабления мыщц, ориентируясь	Выполняют упражнения для
			T	на образец выполнения учителем	расслабления мыщц по показу
				и/или обучающимися 2 группы.	и инструкции учителя. Участ-
				Участвуют в соревновательной	вуют в соревновательной дея-
				деятельности	тельности
26	Ходьба с предме-	06.11.	Выполнение упражнений с	Выполняют упражнения с предме-	Выполняют упражнения с
	том на голове, со-		гимнастической палкой.	том меньшее количество повторе-	предметом по инструкции
	храняя правильную		Удержание в ходьбе пред-	ний.	учителя.
	осанку		мета на голове, сохраняя	Выполняют ходьбу с предметом	Выполняют ходьбу с предме-
			правильную осанку	на голове, сохраняя правильную	том на голове, сохраняя пра-
				осанку по прямому указанию учи-	вильную осанку
				теля.	
27	Упражнения для	07.11.	Построение в шеренгу, ко-	Выполняют по показу учителя уп-	Выполняют по показу учителя
	развития		лонну, с изменением места	ражнения для формирования про-	упражнения для формирова-
	пространственно-		построения, выполнение	странственных представлений с	ния пространственных пред-
	дифференцировки		ходы и бега между различ-	помощью учителя, по возможно-	ставлений по показу учителя
			ными ориентирами, прохо-	СТИ	
			ждение по двум параллель-		
			но поставленным гимна-		
			стическим скамейкам		
28	Упражнения для	12.11.	Выполнение упражнений на	Выполняют по показу учителя уп-	Выполняют упражнения для
	развития точности		равновесие.	ражнения для развития точности	развития точности движений и
	движений		Выполнение ходьбы по	движений и равновесия, ориенти-	равновесия, ориентируясь на
			двум параллельно постав-	руясь на образец выполнения учи-	образец выполнения учителем.

			ленным гимнастическим скамейкам. Подвижная игра с бегом	телем и/или обучающимися 2 группы. Участвуют в игре по инструкции учителя	Играют в подвижную игру по- сле инструкции учителя
29	Упражнения с обручем	13.11.	Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения, выполнение ходы и бега между различными ориентирами. Выполнение упражнений с предметом: удержание обруча двумя руками, перекладывание из одной руки в другую, выполнение различных исходных положений с обручем в руках, наклоны, приседания, прыжки, переступание	Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений с помощью учителя, по возможности. Выполняют упражнения с предметами после неоднократного показа по прямому указанию учителя	Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений по показу учителя. Выполняют упражнения с предметами после показа учителем
30	Ходьба по гимна- стической скамей- ке парами	14.11.	Выполнение упражнений для развития мышц кистей рук и пальцев. Выполнение ходьбы по гимнастической скамейке парами управление равновесием, взаимодействие слаженно	Выполняют упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев по показу учителя. Выполняют упражнения на равновесие по возможности	Выполняют упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев по показу учителя. Выполняют упражнения на равновесие по показу учителя
31	Ходьба по двум параллельно по- ставленным гимна- стическим скамей-	19.11.	Выполнение упражнений, сохраняя равновесие и преодолевая препятствия. Подвижная игра с бегом и	Выполняют упражнения на равновесие, преодолевают препятствия с помощью учителя. Участвуют в игре по инструкции	Выполняют упражнения на равновесие, преодолевают препятствия по инструкции учителя.

	кам		прыжками	учителя	Играют в подвижную игру по-
					сле инструкции учителя
32	Расхождение вдво-	20.11.	Выполнение упражне-	Выполняют упражнения на рав-	Выполняют упражнения на равно-
32	ем поворотом при	20.11.	ний, сохраняя равнове-	новесие после неоднократного	весие после показа учителем.
	встрече на гимна-		сие при выполнении уп-	показа по прямому указанию	Участвуют в соревновательной
	стической скамей-		ражнения на гимнасти-	учителя. Участвуют в игровых	деятельности
			ческой скамейке	заданиях (в паре)	деятельности
22	ке	21.11		` ' '	D
33	Ходьба по гимна-	21.11.	Выполнение комплекса	Выполняют комплекс меньшее	Выполняют комплекс упражнений
	стической скамей-		упражнений для утрен-	количество повторений. Выпол-	по показу учителя.
	ке прямо, правым,		ней зарядки.	няют ходьбу по гимнастической	Выполняют ходьбу по гимнасти-
	левым боком с раз-		Сохранение равновесия	скамейке прямо, правым, левым	ческой скамейке прямо, правым,
	личными положе-		на ограниченной по-	боком с различными положения-	левым боком с различными поло-
	ниями рук, с мячом		верхности, выполняя пе-	ми рук после неоднократного по-	жениями рук самостоятельно
	в руках, бросанием		редвижения, двигатель-	каза по прямому указанию учи-	
	и ловлей мяча		ные действия с мячом	теля	
34	Комплекс упраж-	26.11.	Выполнение ходьбы с	Выполняют ходьбу по указанию	Выполняют ходьбу по указанию
	нений с гимнасти-		прыжками, доставая ру-	учителя.	учителя. Выполняют упражнения
	ческой скакалкой		кой ленточки.	Выполняют упражнения в дви-	в движении по показу учителя.
			Выполнение общеразви-	жении наименьшее количество	Выполняют корригирующие уп-
			вающих упражнений в	раз.	ражнения с предметом после по-
			колонне по одному в	Выполняют корригирующие уп-	каза учителя. Выполняют упраж-
			движении.	ражнения после неоднократного	нения со скакалкой
			Выполнение упражнений	показа по прямому указанию	
			со скакалкой: удержание,	учителя. Выполняют доступные	
			складывание, завязыва-	упражнения со скакалкой	
			ние скакалки.		
			Выполнение прыжков		
			через скакалку		
35	Упражнения для	27.11.	Выполнение ходьбы по	Выполняют упражнения на фор-	Выполняют корригирующие уп-

	формирования		канату.	мирование правильной осанки,	ражнения после показа учителем.
	правильной осанки		Выполнение ходьбы с	ориентируясь на образец выпол-	Выполняют упражнения с малыми
			различными положения-	нения учителем (или на образец	мячами после показа учителем.
			ми рук за учителем и за	правильного выполнения обу-	Играют в подвижную игру по по-
			направляющим, сохра-	чающихся 2 группы).	казу и инструкции учителя
			няя правильную осанку	Выполняют упражнения с малы-	
			Выполнение общеразви-	ми мячами наименьшее количе-	
			вающих упражнений с	ство раз.	
			малыми мячами.	Участвуют в подвижной игре по	
			Подвижная игра с бегом	показу и инструкции учителя	
36	Упражнения с ма-	28.11.	Выполнение бега в чере-	Выполняют бег в чередовании с	Выполняют бег в чередовании с
	лыми мячами		довании с ходьбой.	ходьбой под контролем учителя.	ходьбой. Выполняют упражнения
			Выполнение упражнений	Выполняют упражнения с малы-	с малыми мячами, ориентируясь
			с малыми мячами: пере-	ми мячами по прямому указанию	на образец выполнения учителем.
			кладывание, подбрасы-	учителя.	Играют в подвижную игру по по-
			вание, перебрасывание	Участвуют в подвижной игре по	казу и инструкции учителя
			мяча, бросание в пол, в	показу и инструкции учителя	
			стену и ловля его.		
			Подвижная игра с эле-		
			ментами общеразвиваю-		
			щих упражнений		
37	Стойка на одной	03.12.	Выполнение построений	Фиксируют внимание и воспри-	Выполняют построение в шерен-
	ноге, другая согну-		в шеренгу, в колонну по	нимают расположение зритель-	гу, в колонну по команде учителя,
	та вперед, руки в		одному.	ных пространственных опор -	ориентируясь на зрительно- про-
	различных исход-		Освоение бега в медлен-	ориентиров для выполнения по-	странственные опоры. Выполняют
	ных положениях		ном темпе, чередование	строений и перестроений.	упражнения на основные положе-
			ходьбы и бега.	Выполняют бег и ходьбу, ориен-	ния и движения рук, ног, головы,
			Выполнение упражнений	тируясь на образец выполнения	туловища.
			на основные положения	учителем и/или обучающимися 2	Чередуют ходьбу с бегом, сохра-
			и движения рук, ног, го-	группы. Выполняют основные	няя темп, дистанцию во время
			ловы, туловища.	положения и движения рук, ног,	движения, удерживая правильную

			Удержание равновесия во время выполнения упражнения. Коррекционная игра на развитие точности движений	головы, туловища с наименьшим количеством раз. Выполняют упражнения на равновесие с помощью учителя. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	осанку во время ходьбы. Выполняют упражнения на равновесие по показу учителя. Играют в подвижную игру после инструкции
38	Упражнения с большим мячом	04.12.	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 с прыжками	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
39	Лазание вверх, вниз по гимнастической стенке, не пропуская реек	05.12.	Ознакомление с игровыми задания на построение и перестроения. Выполнение ходьбы в	Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы. Выполняют комплекс утренней гимнастики	Выполняют игровые задания. Осваивают и выполняют ходьбу по прямой линии на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем
40	Лазание вверх, вниз по гимнастической стенке, не пропуская реек	10.12.	различном темпе. Освоение разновидностей ходьбы. Выполнение комплекса утренней гимнастики. Определение названия двигательному действию, названия оборудования. Выполнение правильно-	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	своде стопы с сохранением равновесия на ограниченной поверхности. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения. Осваивают и используют игровые умения

			го захвата рейки руками		
			и правильной постанов-		
			ки стопы на гимнастиче-		
			скую стенку.		
			Подвижная игра с прыж-		
			ками		
			Иг	ры - 4 часа	
41	Правила ТБ на занятиях подвижны-	11.12.	Беседа о правилах поведения на занятиях под-	Слушают инструктаж, отвечают на вопросы односложно (да/нет)	Слушают инструктаж, отвечают на вопросы односложно (да/нет) и
	ми играми. Корригирующие игры:		вижными играми. Выполнение ходьбы со	и зрительно воспринимают образец поведения на уроках физиче-	зрительно воспринимают образец поведения на уроках физической
	тирующие игры. «Салки», «Мишка		сменой положения рук.	ской культуры (техника безопас-	культуры (техника безопасности).
	на льдине»		Выполнение упражнений	ности).	Выполняют ходьбу со сменой по-
	на льдинс//		для укрепления голено-	Выполняют ходьбу со сменой	ложения рук по показу учителя.
42	Корригирующие игры: «Ловишки- хвостики», «Миш-ка на льдине».	12.12.	стопных суставов и стоп. Выполнение игровых упражнений в беге в различных направлениях, на скорость не наталкиваясь друг на друга, действуя по сигналу и согласно правилам игры	положения рук под контролем учителя. Выполняют упражнения наименьшее количество раз. Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя)	Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя. Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя
43	Коррекционные игры: «Воздушный	17.12.	Выполнение упражнений со скакалкой.	Выполняют упражнения со скакалкой по возможности. Осваи-	Выполняют упражнения со скакалкой по показу учителя. Осваи-
	шар»,«Повтори		Бросание и ловля мяча из	вают и используют игровые уме-	вают и используют игровые уме-
	движение»		разных положений, дву-	ния.	ния.
			мя руками, правой и ле-	Осваивают прыжки через ска-	Прыгают через скакалку на двух

44	Подвижные игры с бегом: «Пустое место»	18.12.	вой рукой. Выполнение прыжков через скакалку на двух ногах Выполнение различных видов ходьбы в колонне. Выполнение общеразвивающих упражнений с флажками. Ознакомление с переноской гимнастических матов. Выполнение прыжка в высоту. Подвижная игра с бегом	калку по возможности 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, пооперационный 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
			на скорость	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	
	1		Лыжная п	одготовка - 4 часа	
45	Техника безопасности и правила поведения на лыжне	19.12.	Беседа о правилах обращения с лыжным инвентарем и технике безопасности на занятиях лыжным спортом. Тренировочные упражнения в подготовке к занятию, выбор лыж и палок	Слушают правила поведения на уроках лыжной подготовки, информацию о предупреждении травм и обморожений с опорой на наглядность (презентации, картинки, карточки), участвуют в беседе и отвечают на вопросы учителя с опорой на визуальный план. Готовятся к занятию, выбирают лыжи и палки с помощью учителяя	Слушают правила поведения на уроках лыжной подготовки, информацию о предупреждении травм и обморожений с опорой на наглядность (презентации, картинки, карточки), участвуют в беседе и отвечают на вопросы учителя. Готовятся к занятию, выбирают лыжи и палки
46	Совершенствова-	24.12.	Тренировочные упраж-	Готовятся к занятию, выбирают	Готовятся к занятию, выбирают

		1			Ъ.
	ние техники вы-		нения в подборе лыжно-	лыжи и палки с помощью учите-	лыжи и палки. Выполняют строе-
	полнения строевых		го инвентаря и одежды к	ля.	вые команды по сигналу учителя
	команд и приемов		занятию.	Выполняют строевые команды	
			Выполнение строевые	по сигналу учителя	
			команд с лыжами и на		
			лыжах, надевание и сни-		
			мание лыж и палок		
47	Техники выполне-	25.12.	Построение в шеренгу с	Выполняют построение с лыжа-	Выполняют построение с лыжами.
	ния ступающего		лыжами у ноги.	ми.	Передвигаются в колонне по од-
	шага без палок и с		Повторение безопасного	Передвигаются в колонне по од-	ному с лыжами на плече и под ру-
	палками		способа переноски лыж	ному с лыжами на плече и под	кой, соблюдая дистанцию по сиг-
			при движении в колонне.	рукой, соблюдая дистанцию по	налу учителя.
			Тренировочные упраж-	сигналу учителя.	Одевают лыжный инвентарь. Пе-
			нения на одевании лыж-	Одевают лыжный инвентарь с	редвигаются по лыжне ступаю-
			ного инвентаря.	помощью учителя. Передвигают-	щим шагом
			Демонстрация ступаю-	ся на лыжах ступающим шагом	
			щего шага.	•	
			Выполнение ступающего		
			шага: перекрестная ко-		
			ординация движений рук		
			и ног, перенос тяжести		
			тела с одной ноги на		
			другую, правильное по-		
			ложение туловища и го-		
			ловы		

48	Подготовка инвентаря для занятий лыжами	26.12.	Тренировочные упражнения в одевании и закреплении креплений. Выполнение построений с лыжами в шеренгу. Передвижение с лыжами в колонну по одному с соблюдением техники	Одевают самостоятельно или с помощью педагога форму для занятий лыжной подготовкой, подбирают лыжи и палки с помощью учителя, передвигаются к месту занятий	Самостоятельно готовятся к уроку физической культуры, подбирают лыжи и палки, передвигаются к месту занятий. Выполняют передвижение ступающим шагом
			безопасности. Передвижение ступаю- щим шагом		
			3 четв	ерть- 35 часов	
			Лыжная по	дготовка- 13 часов	
49	Построение в шеренгу по одному с лыжами в руках	14.01.	Определение своего места в строю, построение в шеренгу, выполнение команд с лыжами в руках.	Выполняют строевые действия с лыжами по сигналу учителя, передвигаются к месту занятий под контролем учителя.	Выполняют строевые действия по сигналу учителя, передвигаются к месту занятий, соблюдая технику безопасности при передвижении в колонне с лыжами.
			Передвижение ступаю- щим шагом		Передвигаются ступающим шагом по лыжне
50	Передвижение в колонне по одному с лыжами в руках	15.01.	Выполнение построений с лыжами в шеренгу. Передвижение с лыжами	Выполняют строевые команды с лыжами. Передвигаются колонне по од-	Выполняют строевые команды с лыжами по сигналу учителя. Передвигаются колонне по одному с
51	Передвижение в колонне по одному с лыжами в руках	16.01.	в колонну по одному с соблюдением техники безопасности. Передвижение ступающим шагом Сохранение дистанции в колонне с лыжами в руках	ному с лыжами в руках	лыжами в руках. Выполняют передвижение ступающим шагом

52	Передвижение в	21.01.	Выполнение построений	Выполняют строевые команды с	Выполняют строевые команды с
	колонне по одному		с лыжами и передвиже-	лыжами и строевые действия на	лыжами и строевые действия на
	на лыжах без палок		ние к месту занятий.	лыжах по образцу.	лыжах. Выполняют передвижение
			Передвижение в колонне	Выполняют передвижение в ко-	в колонне по одному на лыжах без
			по одному без палок, со-	лонне по одному на лыжах без	палок
			храняя безопасную дис-	палок наименьшее количество	
			танцию	раз	
53	Ходьба на лыжах	22.01.	Выполнение построений	Выполняют строевые команды с	Выполняют строевые команды с
	ступающим шагом		с лыжами в шеренгу.	лыжами.	лыжами по сигналу учителя. Пе-
	без палок по кругу		Передвижение с лыжами	Передвигаются колонне по од-	редвигаются колонне по одному с
	друг за другом		в колонну по одному с	ному с лыжами в руках. Пере-	лыжами в руках. Передвигаются
54	Ходьба на лыжах	23.01.	соблюдением техники	двигаются на лыжах ступающим	на лыжах ступающим, скользя-
	ступающим шагом		безопасности.	шагом	щим шагом.
	без палок по кругу		Выполнение передвиже-		Выполняют спуск с горы на лы-
	друг за другом		ний на лыжах ступаю-		жах и подъем ступающим шагом
55	Ходьба на лыжах	28.01.	щим шагом, сохраняя		
	ступающим шагом		равновесии, правильно		
	без палок по кругу		вставать после падения.		
	друг за другом		Выполнение спуска с го-		
56	Ходьба на лыжах	29.01.	ры на лыжах и подъема		
	ступающим шагом		ступающим шагом		
	без палок по кругу				
	друг за другом				
57	Ходьба на лыжах	30.01.			
	ступающим шагом				
	без палок по кругу				
	друг за другом				
58	Прохождение от-	04.02.	Построение в шеренгу с	Выполняют построение с лыжа-	Выполняют построение с лыжами.
	резков на время от		лыжами у ноги.	ми.	Передвигаются в колонне по од-
	200до 300 м		Повторение безопасного	Передвигаются в колонне по од-	ному с лыжами на плече и под ру-
			способа переноски лыж	ному с лыжами на плече и под	кой, соблюдая дистанцию по сиг-

			при движении в колонне.	рукой, соблюдая дистанцию по	налу учителя.
			Одевание лыжного ин-	сигналу учителя.	Одевают лыжный инвентарь. Вы-
			вентаря.	Одевают лыжный инвентарь с	полняют попеременный двух-
			Прохождение на лыжах	помощью учителя.	шажный ход после инструкции и
			отрезков на скорость	Осваивают выполнение попере-	показа учителя
			отрезков на скорость	1	показа учителя
				менного двухшажного хода (по	
				возможности) после инструкции	
				и неоднократного показа учителя	
				(при необходимости: пошаговая	
				инструкция учителя, поопераци-	
				онный контроль выполнения	
				действий)	
59	Прохождение на	05.02.	Выполнение построений	Выполняют строевые команды с	Выполняют строевые команды с
	лыжах за урок от		с лыжами в шеренгу.	лыжами.	лыжами по сигналу учителя. Пе-
	0,5 до 0,6 км		Передвижение с лыжами	Передвигаются колонне по од-	редвигаются колонне по одному с
60	Прохождение на	06.02.	в колонну по одному с	ному с лыжами в руках. Преодо-	лыжами в руках. Преодолевают
	лыжах за урок от		соблюдением техники	левают дистанцию в произволь-	дистанцию в быстром темпе
	0,5 до 0,6 км		безопасности.	ном темпе	
61	Прохождение на	11.02.	Преодоление дистанции		
	лыжах за урок от		в быстром темпе за урок		
	0,5 до 0,6 км				
			Игр	оы — 20 часа	
62	Техника безопас-	12.02.	Беседа о правилах пове-	Отвечают на вопросы однослож-	Отвечают на вопросы предложе-
	ности и правила		дения и предупреждения	но.	ниями.
	поведения на под-		травматизма во время	Выполняют упражнения наи-	Выполняют комплекс упражнений
	вижных играх		занятий физическими	меньшее количество раз.	по показу и инструкции учителя.
			упражнениями.	Выполняют упражнения с мячом	Играют в подвижную игру после
			Выполнение комплекса	по инструкции и по показу учи-	инструкции учителя
			упражнений для утрен-	теля, ориентируясь на поэтапный	
			ней зарядки.	показ отдельных действий и опе-	

			Подвижная игра с бегом	раций в последовательности их	
			и прыжками	выполнения, под пооперацион-	
				ным (пошаговым) контролем	
				учителя (при необходимости)	
63	2	12.02	D	Drywa wysan wa a awy a syrwy wa	Dryna wy gyan wa ama a ayyy gy wana
03	Значение утренней	13.02.	Выполнение поворотов	Выполняют простые виды по-	Выполняют построения и пере-
	гимнастики		на месте налево и напра-	строений, осваивают на доступ-	строения в шеренгу, колонну,
			во переступанием.	ном уровне строевые действия в	осваивают действия в шеренге
			Выполнение ритмичной	шеренге и колонне (с помощью	и колонне.
			ходьбы с сохранение за-	учителя).	Выполняют ходьбу с изменени-
			данного темпа ходьбы.	Выполняют ходьбу с изменением	ем скорости. Выполняют прак-
			Выполнение общеразви-	скорости. Выполняют практиче-	тические задания с заданным
			вающих упражнений ти-	ские задания с заданным пара-	параметрами (составляют ком-
			па «зарядка».	метрами (составляют комплекс	плекс утренней гимнастики).
			Подвижная игра с бегом	утренней гимнастики) с помо-	Участвуют в различных видах
				щью педагога.	игр после инструкции и показа
				Участвуют в подвижной игре по	учителя
				инструкции и показу учителя,	
				ориентируясь на поэтапный по-	
				каз отдельных действий.	
64	Игры с элементами	18.02.	Выполнение ходьбы с	Выполняют ходьбу, ориентиру-	Выполняют ходьбу по показу
	общеразвивающих		хлопками.	ясь на образец выполнения учи-	учителя.
	упражнений		Выполнение упражнений	телем. Выполняют 3-4 упражне-	Выполняют упражнения по ин-
			с волейбольным мячом.	ния с мячом.	струкции учителя.
			Подвижная игра на по-	Осваивают и используют игро-	Осваивают и используют игро-
			вторение движений пе-	вые умения	вые умения
			дагога или ведущего,		
			действие по сигналу,		
			согласно правилам игры		
65	Игра с бросанием и	19.02.	Выполнение бега в чере-	Выполняют бег в чередовании с	Выполняют бег в чередовании с

	ловлей мяча: «Бро-		довании с ходьбой в ко-	ходьбой в колонне по одному	ходьбой в колонне по одному.
	ловлеи мяча. «вро- сить и поймать»		лонне по одному.	под контролем педагога. Выпол-	Отвечают на вопросы целым
	сить и поимать»		1	1	_
			Построение в круг и вы-	няют построение в круг с помо-	предложением.
			полнение общеразви-	щью учителя.	Выполняют построение в круг и
			вающих упражнений ти-	Участвуют в игре по инструкции	комплекс утренней зарядки по
			па «зарядка».		инструкции учителя.
			Подвижная игра в под-		Осваивают и используют игро-
			брасывании мяча, ловли		вые умения
			его и быстром беге		
66	Подвижные игры с	20.02.	Выполнение различных	Выполняют ходьбу на носках, на	Выполняют ходьбу на носках,
	бегом: «Пустое ме-		видов ходьбы в колонне.	пятках, на внутреннем своде сто-	на пятках, на внутреннем и
	сто»		Выполнение общеразви-	пы.	внешнем своде стопы.
			вающих упражнений с	Выполняют 5-6 упражнений с	Выполняют комплекс упражне-
			флажками.	флажками.	ний с флажками. Выполняют
			Ознакомление с пере-	Выполняют прыжки после инст-	прыжки после инструкции и
			ноской гимнастических	рукции и неоднократного показа	показа учителя.
			матов.	учителем (при необходимости:	Играют в подвижную игру по-
			Выполнение прыжка в	пошаговая инструкция учителя,	сле инструкции и показа учите-
			высоту.	пооперационный контроль вы-	ля
			Подвижная игра с бегом	полнения действий).	
			на скорость	Участвуют в подвижной игре по	
				показу и инструкции учителя	
67	Эстафеты с пред-	25.02.	Подвижная игра с эле-	Выполняют бег в чередовании с	Выполняют бег в чередовании с
,	метами		ментами перестроений.	ходьбой в колонне по одному	ходьбой в колонне по одному.
	1114141111		Выполнение бега в чере-	под контролем педагога. Участ-	Участвуют в соревновательной
			довании с ходьбой.	вуют в соревновательной дея-	деятельности (участвуют в эс-
			Выполнение комплекса	тельности по возможности	тафете)
			общеразвивающих уп-	(участвуют в эстафете)	Тифете)
			ражнений.	(j lacibyloi b sciapere)	
			Эстафета с предметами		
68	Игры с метанием	26.02.	Ходьба с хлопками.	Выполняют ходьбу, ориентиру-	Выполняют ходьбу по показу
00	ти ры с метанием	20.02.	лодьоа с алонками.	рыполняют ходьоу, ориснтиру-	рынолияют ходьоў по показу

	мяча		Выполнение упражнений	ясь на образец выполнения учи-	учителя.
	«Подвижная цель»,		с волейбольным мячом.	телем. Выполняют 5-6 упражне-	Выполняют упражнения по ин-
	«Обгони мяч»		Подвижные игры на вы-	ния с мячом.	струкции учителя.
	WOOTOIIII MAA 1//		полнение передачи –	Осваивают и используют игро-	Осваивают и используют игро-
			ловли мяча, согласова-	вые умения	вые умения
			ние свои действия с дей-	BBIC YMCIIIIX	BBIC YMCIIIII
			ствиями других игроков,		
			соизмерение бросков с		
			расстоянием до цели		
69	Подвижные игры	27.02.	Выполнение медленного	Удерживают правильное поло-	Удерживают правильное поло-
09		27.02.		жение тела во время бега (поопе-	жение тела во время бега.
	на развитие основ-		бега с сохранением пра- вильной осанки.	рационный контроль выполнения	Смотрят образец выполнения
			Выполнение общеразви-	действий).	
	прыжков: «Волк во рву»,		вающих упражнений с	• •	упражнения, слушают инструк- цию учителя, выполняют уп-
	«Волк во рву», «Рыбаки и рыбки»		малыми мячами.	Смотрят образец выполнения уп-	,
	«гыоаки и рыоки»			ражнения, слушают инструкцию	ражнения с предметом.
			Выполнение прыжков на	учителя, выполняют упражнения	Участвуют в различных видах
			одной ноге на месте и с	с предметом по показу. Участ-	игр после инструкции и показа
			продвижением.	вуют в подвижной игре под кон-	учителя
			Подвижные игры на	тролем учителя	
			взаимодействие согласно		
			правилам игры, пере-		
			прыгивание через пре-		
70	Эстафета с мячом	04.03.	Выполнение ходьбы	Удерживают правильное поло-	Выполняют ходьбу змейкой, в
	1		змейкой, в полуприседе.	жение тела во время ходьбы (с	полуприседе.
			Чередование бега и	помощью учителя). Выполняют	Выполняют чередование бега и
			ходьбы по сигналу.	чередование бега и ходьбы.	ходьбы.
			Выполнение броска на-	Бросают набивной мяч из раз-	Бросают набивной мяч из раз-
			бивного мяча (вес до 1	личных исходных положений	личных исходных положений.
			кг) различными спосо-	меньшее количество раз.	Осваивают и используют игро-
			бами двумя руками.	Осваивают и используют игро-	вые умения

			Эстафеты на взаимодействие с товарищами	вые умения	
	,	l	, <u>*</u> ·		
71	Игры и строевые упражнения: «Воробьи и вороны»	05.03.	Выполнение комплекса упражнений в движении. Выполнение упражнений на сохранение равновесия в ходьбе. Выполнение игровых действия соблюдая правила игры	Выполняют комплекс упражнений наименьшее количество раз. Выполняют ходьбу по линии на носках, на пятках с различными положениями рук по показу учителя. Осваивают и используют игровые умения	Выполняют комплекс упражнений по показу учителя. Выполняют ходьбу по линии на носках, на пятках с различными положениями рук. Осваивают и используют игровые умения
72	Игры на развитие внимания, памяти, точности движений: «Школа мяча»	06.03.	Выполнение упражнений со скакалкой. Бросание и ловля мяча из разных положений, двумя руками, правой и левой рукой. Выполнение прыжков через скакалку на двух ногах.	Выполняют упражнения со скакалкой по возможности. Осваивают и используют игровые умения. Осваивают прыжки через скакалку по возможности	Игры на развитие внимания, памяти, точности движений: «Школа мяча»
73	Эстафеты на развитее координации	11.03.	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)
74	Передача предме-	12.03.	Выполняют ходьбу с	Выполняют ходьбу по указанию	Выполняют ходьбу по указа-

	тов		прыжками, доставая ру-	учителя.	нию учителя. Выполняют уп-
			кой ленточки.	Выполняют упражнения в дви-	ражнения в движении по показу
			Выполнение общеразви-	жении наименьшее количество	учителя. Выполняют корреги-
			вающих упражнений в	pa3.	рующие упражнения с предме-
			колонне по одному в	Выполняют коррегирующие уп-	том после показа учителя. Вы-
			движении.	ражнения после неоднократного	полняют игровые задания в пе-
			Выполнение упражне-	показа по прямому указанию	редаче предметов
			ний со скакалкой: удер-	учителя. Выполняют игровые за-	podu io iipodiiioi
			жание, складывание, за-	дания в передаче предметов с	
			вязывание скакалки.	помощью учителя	
			Игровые задания в пе-	положения у положения	
			редаче предметов		
75	Переноска предме-	13.03.	Выполнение бега в че-	Выполняют бег в чередовании с	Выполняют ходьбу по указа-
	тов, спортивного		редовании с ходьбой.	ходьбой в колонне по одному под	нию учителя. Выполняют уп-
	инвентаря		Выполнение комплекса	контролем педагога. Осваивают и	ражнения в движении по показу
	1		общеразвивающих уп-	используют игровые умения	учителя. Осваивают и исполь-
			ражнений.		зуют игровые умения
			Освоение правил пере-		
			носки предметов и спор-		
			тивного инвентаря		
76	Подвижная игра на	18.03.	Подвижная игра с эле-	Участвуют в различных видах	Участвуют в различных видах
	развитие основных		ментами залезания на	игр по инструкции и по показу	игр после инструкции и показа
	движений- лаза-		оборудование приподня-	учителя, ориентируясь на по-	учителя
	ния: «Перелет		тое над полом (землей),	этапный показ отдельных дейст-	
	птиц»		лазания по гимнастиче-	вий (при необходимости, повтор-	
			ской стенке, ориентиро-	ный показ, дополнительная инди-	
			вание в пространстве по	видуальная инструкция	
			сигналу		
77	Удары мяча о пол,	19.03.	Выполнение бега в че-	Выполняют бег в чередовании с	Выполняют бег в чередовании с
	о стенку и ловля		редовании с ходьбой в	ходьбой в колонне по одному под	ходьбой в колонне по одному.
	его двумя руками		колонне по одному.	контролем педагога. Выполняют	Отвечают на вопросы целым

Построение в круг и вы-	остроение в круг с помощью	предложением.
полнение общеразви-	чителя. Участвуют в игре по ин-	Выполняют построение в круг и
вающих упражнений ти- ст	трукции	комплекс утренней зарядки по
па «зарядка».		инструкции учителя.
Подвижная игра в под-		Осваивают и используют игро-
брасывании мяча, ловли		вые умения
его и быстром беге		•
78 Перекатывание мя- 20.03. Выполнение ходьбы с В	Выполняют ходьбу по указанию	Выполняют ходьбу по указа-
ча вперед, вправо, прыжками, доставая ру-	чителя.	нию учителя. Выполняют уп-
влево, стоя, сидя кой ленточки. В	Выполняют упражнения в дви-	ражнения в движении по показу
Выполнение общеразви- ж	кении наименьшее количество	учителя. Владеют элементар-
вающих упражнений в ра	0a3.	ными сведениями по овладению
	Выполняют коррегирующие уп-	игровыми умениями
	ражнения после неоднократного	-
Выполнение упражне-	юказа по прямому указанию	
ний со скакалкой: удер-	чителя. Выполняют игровые за-	
	ания в перекатывании мяча	
вязывание скакалки.		
Игровые задания в пе-		
рекатывании мяча		
79 Эстафета с мячом 25.03. Подвижная игра с эле- В	Выполняют бег в чередовании с	Выполняют бег в чередовании с
ментами перестроений. хо	содьбой в колонне по одному под	ходьбой в колонне по одному.
Выполнение бега в че- ко	онтролем педагога. Участвуют в	Участвуют в соревновательной
редовании с ходьбой. со	оревновательной деятельности	деятельности (участвуют в эс-
Выполнение комплекса по	ю возможности	тафете)
общеразвивающих уп- (у	участвуют в эстафете)	
ражнений.		
Эстафета с предметами		
	Выполняют по показу учителя	Выполняют по показу учителя
	пражнения для формирования	упражнения для формирования
ных движений - места построения, вы- пр	пространственных представлений	пространственных представле-

81	перелезания: «Наседка и цыплята», «Зайцы, сторож и Жучка» Подвижные игры на развитие основных движений - перелезания: «Наседка и цыплята», «Зайцы, сторож и Жучка»	27.03.	полнение ходы и бега между различными ориентирами. Выполнение упражнений с обручем. Перелезание через препятствия различным способом в зависимости от высоты	с помощью учителя, по возможности. Выполняют упражнения с предметами после неоднократного показа по прямому указанию учителя. Осваивают и используют игровые умения	ний по показу учителя. Выполняют упражнения с предметами после показа учителем. Осваивают и используют игровые умения
	<u> </u>	1	4 четве	рть- 20 часов	
				етика – 20 часов	
82	Правила поведения на уроках физической культуры (техника безопасности). Ходьба в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук	08.04.	Выполнение построения в шеренгу и сдача рапорта дежурным. Выполнение ходьбы, сохраняя правильную осанку. Выполнение комплекса утренней гимнастики. Выполнение бега в медленном темпе. Выполнение прыжков через шнур, начерченную линию. Подвижная игра с бросанием мяча	Выполняют построение по показу учителя. Выполняют ходьбу (под контролем учителя). Выполняют общеразвивающие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя. Выполняют медленный бег за наиболее физически развитым обучающимся из 2 группы, ориентируясь на его пример. Осваивают и используют игровые умения	Выполняют построение по сигналу учителя. Осваивают и выполняют ходьбу в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук. Выполняют общеразвивающие упражнения после показа учителя. Выполняют медленный бег. Осваивают и используют игровые умения
83	Метание большого мяча двумя руками	09.04	Выполнение бега по коридорчику.	Выполняют бег по коридорчику с помощью учителя.	Выполняют метание большого мяча двумя руками из-за голо-

84	из - за головы. Бег с преодолени- ем простейших препятствий	10.04.	Принятие правильного положение во время метания, выполнение метания большого мяча способом из-за головы. Подвижная игра с бегом Выполнение ходьбы с изменением направлений по ориентирам и командам учителя.	Метают большой мяч двумя руками из-за головы, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Участвуют в подвижной игре по инструкции учителя Выполняют ходьбу с изменением направлений по ориентирам и командам учителя. Выполняют бег с преодолением	вы после инструкции учителя. Участвуют в игре после инструкции учителя Выполняют ходьбу с изменением направлений по ориентирам и командам учителя. Выполняют бег с преодолением
			Выполнение бега с преодолением простейших препятствий. Подвижная игра с метанием	простейших препятствий. Осваивают и используют игровые умения	простейших препятствий. Осваивают и используют игровые умения
85	Метание теннисно- го мяча на даль- ность	15.04.	Выполнение ходьбы в колонне по одному с различными заданиями	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2	Выполняют ходьбу по указанию учителя. Выполняют комплекс упражнений по показу
86	Метание теннисно- го мяча на даль- ность	16.04.	для рук. Выполнение комплекса упражнений для укреп-	группы. Выполняют 3-4 упражнения комплекса. Выполняют метание на даль-	учителя. Выполняют метание на дальность после инструкции и пока-
87	Метание теннисно- го мяча на даль- ность	17.04.	ления туловища. Демонстрация стойки и техники метания мяча. Освоение правильного удержания мяча, ориентирование в пространстве, соразмерение своих усилий Выполнение метания на дальность сильнейшей	ность, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	за учителя

			рукой		
88	Метание теннисного мяча левой, правой рукой с места в горизонтальную цель Метание теннисно-	22.04.	Выполнение бега по прямой в шеренге. Выполнение общеразвивающих упражнений. Ознакомление с названием мяча для метания.	Выполняют бег под контролем учителя. Выполняют 3-5 упражнения. Выполняют различные виды метания теннисных мячей после инструкции и неоднократного пока-	Выполняют бег после инструкции, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Выполняют захват и удержание теннисных мячей для метания после инструкции и показа учи-
	го мяча левой, правой рукой с места в горизонтальную цель	20.0 1.	Демонстрация стойки и техники метания мяча. Освоение правильного захвата, стойки и произвольного метания теннисного мяча в цель. Игры с элементами общеразвивающих упражнений	за учителя. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	теля. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
90	Прыжок в длину с места	24.04.	Выполнение ходьбы в медленном и быстром	Выполняют ходьбу в медленном и быстром темпе.	Выполняют ходьбу в медленном и быстром темпе. Выпол-
91	Прыжок в длину с места	29.04.	темпе. Выполнение медленного	Выполняют прыжки после инструкции и неоднократного показа	няют прыжки после инструкции и показа учителя.
92	Прыжок в длину с места	30.04	бега. Демонстрация прыжка в длину с места. Выполнение прыжка технически правильно, отталкиваясь и приземляясь. Выполнение беговых упражнений. Метание с места в горизонтальную цель	учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий), прыгают на толчком одной или двумя ногами с места. Осваивают метание с места в горизонтальную цель, ориентируясь на образец выполнения	Выполняют метание с места в горизонтальную цель

Ногу до 10-15 м						
Выполнение бега в среднем темне с переходом на ходьбу. Выполнение многоско-ков. Подвижная игра на передачу мячей в колоннах одной ноге 94 Прыжки через скакалку на двух, на одной ноге 95 Круговые эстафеты до 20 м 96 Круговые эстафеты до 20 м 97 Круговые эстафеты до 20 м 98 Круговые эстафеты до 20 м 98 Круговые эстафеты до 20 м 99 Круговые эстафеты до 20 м 90 Круговые эстафеты до 20 м 91 Круговые эстафеты до 20 м 92 Круговые эстафеты до 20 м 93 Круговые эстафеты до 20 м 94 Прыжки через скакалку и используют и используют и на торежках. Осваивают и используют и вые умения 95 Круговые эстафеты до 20 м 96 Круговые эстафеты до 20 м 97 Круговые эстафеты до 20 м 98 Круговые эстафеты до 20 м 98 Круговые эстафеты до 20 м 99 Круговые эстафеты до 20 м 99 Круговые эстафеты до 20 м 90 Круговые эс	93	Прыжки с ноги на	06.05.	Выполнение ходьбы на	Выполняют ходьбу в умеренном	Выполняют ходьбу в умерен-
рязмичение с переходом на ходьбу. Выполнение многоско- ков. Подвижная игра на передачу мячей в колопнах одной ноге 94 Прыжки через ска- калку на двух, на одной ноге 95 Круговые эстафеты до 20 м 13.05. Выполнение ходьбо. Подвижная игра с эле- ментами общеразви- до 20 м 13.05. Выполнение с одьбой. Подвижная игра с эле- ментами перестросний, до 20 м 15 Круговые эстафеты до 20 м 15 Среднем темпе с перехо- дом на ходьбу. Выполнение многоско- ков. Подвижная игра с промежуточ- ным подскоком. Подвижная игра с эле- ментами общеразви- вающих упражнений 15 Круговые эстафеты до 20 м 16 Круговые эстафеты до 20 м 17 Круговые эстафеты до 20 м 18 Круговые эстафеты до 20 м 2		ногу до 10-15 м		носках, на пятках.	темпе на носках, на пятках. Пе-	ном темпе на носках, на пятках.
Осваивают и используют и вые умения				Выполнение бега в	репрыгивают с ноги на ногу на	Перепрыгивают с ноги на ногу
Выполнение многоско- ков. Подвижная игра на пе- редачу мячей в колоннах От.05. Выполнение ходьбы с различным положением рук по показу и ин- струкции учителя. Выполняют прыжки через скаскалку на двух, но пробетание под скакал- кой, перещагивание, пе- репрытивание с одной ноги на другую, пере- прытивание на двух но- гах через медленно вра- щающуюся скакалку вперед, с промежуточ- ным подскоком. Подвижная игра с эле- ментами общеразви- вающих упражнений От. От. Выполняют ходьбу с различным положением рук по показу и ин- струкции учителя. Выполняют прыжки через скакалку на двух ногах. Участвуют в игре по инст- рукции учителя Выполняют ходьбу с различным положением рук по показу и ин- струкции учителя. Выполняют прыжки через скакалку на двух ногах. Участвуют в игре по инст- рукции учителя Выполняют тодьбу с различным положением рук по показу и ин- струкции учителя. Выполняют прыжки через скакалку на двух ногах. Участвуют в подвижную игру сле инструкции учителя Выполняют об в инструкции учителя Выполняют об в прином и и инструкции учителя Выполняют об в правижную игру сле инструкции учителя Выполняют об в прином и и инструкции учителя Выполняют прыки через скакалку на двух ногах участвуют об в чередовании с контролем педагога. Участвуют в оревновательноги (участвуют в деятельности (участвуют в д				среднем темпе с перехо-	отрезках.	на отрезках.
194 Прыжки через ска- калку на двух, на одной ноге 13.05. Круговые эстафеты до 20 м 95 Круговые эстафеты до 20 м 96 96 96 96 96 96 96				дом на ходьбу.	Осваивают и используют игро-	Осваивают и используют игро-
Подвижная игра на передачу мячей в колоннах				Выполнение многоско-	вые умения	вые умения
Редачу мячей в колоннах				ков.		
Прыжки через ска- калку на двух, на одной ноге Выполнение ходьбы с различным положением рук. Выполнение беговых упражнений. Пробегание под скакал- кой, перешагивание, пе- репрыгивание с одной ноги на другую, пере- прыгивание на двух но- гах через медленно вра- щающуюся скакалку вперед, с промежуточ- ным подскоком. Подвижная игра с эле- ментами общеразви- вающих упражнений 95 Круговые эстафеты до 20 м 96 Круговые эстафеты до 20 м 96 Круговые эстафеты до 20 м 97 13.05. Выполнение бега в че- редовании с ходьбой. 13.05. Выполнение ходьбой. 13.05. 13.05. Выполнение ходьбой. 13.05. Выполнение ход				Подвижная игра на пе-		
калку на двух, на одной ноге различным положением рук по показу и инструкции учителя. Выполняют прыжки через скакалку на двух ногах. Участвуют в игре по инструкции учителя выполняют прыжки через скакалку на двух, на одной ноги на другую, перепрыгивание с одной ноги на другую, перепрыгивание на двух ногах через медленно вращающуюся скакалку вперед, с промежуточным подскоком. Подвижная игра с элементами общеразвивающих упражнений вающих упражнений общеразвивающих упражнений общеразвивающих упражнений. Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под до 20 м внами перестроений. Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Участвуют в соревновательности деятельности (участвуют в соревновательной деятельности (участвуют в соревновательности (участвуют в соревновательности (участвуют в соревновательности (участвуют в соревновательности)				редачу мячей в колоннах		
одной ноге рук. Выполнение беговых упражнений. Пробегание под скакалькой, перешагивание, перепрыгивание е одной ноги на другую, перепрыгивание на двух ногах через медленно вращающуюся скакалку вперед, с промежуточным подскоком. Подвижная игра с элементами общеразвивающих упражнений рук. Выполнение беговых упражнений подскоком. Подвижная игра с элементами общеразвивающих упражнений рук. Выполнение беговых упражнений подскоком. Подвижная игра с элементами общеразвивающих упражнений рук. Выполнение беговых упражнений подскоком. Подвижная игра с элементами общеразвивающих упражнений рок Круговые эстафеты до 20 м рок Круговые эстафеты до 20	94	Прыжки через ска-	07.05.	Выполнение ходьбы с	Выполняют ходьбу с различным	Выполняют ходьбу с различ-
Выполнение беговых упражнений. Пробегание под скакалкой, перешагивание, перепрыгивание с одной ноги на другую, перепрыгивание на двух ногах через медленно вращающуюся скакалку вперед, с промежуточным подскоком. Подвижная игра с элементами общеразвивающих упражнений вающих упражнений вающих упражнений. Подвижная игра с элементами общеразвивающих упражнений. Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Участвуют в соревновательной деятельности (участвуют в деятельности (у		калку на двух, на		различным положением	положением рук по показу и ин-	ным положением рук по показу
упражнений. Пробегание под скакал- кой, перешагивание, пе- репрыгивание с одной ноги на другую, пере- прыгивание на двух но- гах через медленно вра- щающуюся скакалку вперед, с промежуточ- ным подскоком. Подвижная игра с эле- ментами общеразви- вающих упражнений Круговые эстафеты до 20 м Круговые эстафеты до 20		одной ноге		рук.	струкции учителя. Выполняют	и инструкции учителя.
Пробегание под скакал- кой, перешагивание, пе- репрыгивание с одной ноги на другую, пере- прыгивание на двух но- гах через медленно вра- щающуюся скакалку вперед, с промежуточ- ным подскоком. Подвижная игра с эле- ментами общеразви- вающих упражнений Круговые эстафеты до 20 м Тодвижная игра с эле- ментами перестроений. Выполнение бега в че- редовании с ходьбой.				Выполнение беговых		Выполняют прыжки через ска-
кой, перешагивание, перепрыгивание с одной ноги на другую, перепрыгивание на двух ногах через медленно вращающуюся скакалку вперед, с промежуточным подскоком. Подвижная игра с элементами общеразвивающих упражнений Круговые эстафеты до 20 м Круговые эстафеты до				упражнений.	ногах. Участвуют в игре по инст-	калку на двух, на одной ноге.
репрыгивание с одной ноги на другую, перепрыгивание на двух ногах через медленно вращающуюся скакалку вперед, с промежуточным подскоком. Подвижная игра с элементами общеразвивающих упражнений 95 Круговые эстафеты до 20 м Круговые эстафеты до 20 м 13.05. Выполнение бега в чередовании с ходьбой. Выполнение бега в чередовании с ходьбой. Выполнение бега в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Участвуют в соревнователь соревновательности (участвуют в				Пробегание под скакал-	рукции учителя	Играют в подвижную игру по-
ноги на другую, перепрыгивание на двух ногах через медленно вращающуюся скакалку вперед, с промежуточным подскоком. Подвижная игра с элементами общеразвивающих упражнений вающих упражнений 95 Круговые эстафеты до 20 м Круговые эстафеты до 20 м 13.05. Выполнение бега в чередовании с ходьбой. Выполнение бега в чередовании с ходьбой. Выполнение бега в чередований с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Участвуют в соревновательной деятельности (участвуют в				кой, перешагивание, пе-		сле инструкции учителя
прыгивание на двух ногах через медленно вращающуюся скакалку вперед, с промежуточным подскоком. Подвижная игра с элементами общеразвивающих упражнений 95 Круговые эстафеты до 20 м 96 Круговые эстафеты до 20 м 97 Круговые эстафеты до 20 м 98 Круговые эстафеты до 20 м 99 Круговые эстафеты до 20 м 90 Круговые эстафеты до 20 м 90 Круговые эстафеты до 20 м 90 Круговые эстафеты до 20 м 91 Круговые эстафеты до 20 м 93 Круговые эстафеты до 20 м 94 Круговые эстафеты до 20 м 95 Круговые эстафеты до 20 м 96 Круговые эстафеты до 20 м 97 Круговые эстафеты до 20 м 98 Круговые эстафеты до 20 м 99 Круговые эстафеты до 20 м 90 Круговые эстафеты до 20 м 90 Круговые эстафеты до 20 м 90 Круговые эстафеты до 20 м 91 Круговые эстафеты до 20 м 91 Круговые эстафеты до 20 м 92 Круговые эстафеты до 20 м 93 Круговые эстафеты до 20 м 94 Круговые эстафеты до 20 м 95 Круговые эстафеты до 20 м 96 Круговые эстафеты до 20 м 97 Круговые эстафеты до 20 м 98 Круговые эстафеты до 20 м 99 Круговые эстафеты до 20 м 90 Круговые эстафеты до 20 м 91 Круговые эстафеты до 20 м 91 Круговые эстафеты до 20 м 92 Круговые эстафеты до 20 м 93 Круговые эстафеты до 20 м 94 Круговые эстафеты до 20 м 95 Круговые эстафеты до 20 м 96 Круговые эстафеты до 20 м 97 Круговые эстафеты до 20 м 98 Круговые эстафеты до 20 м 98 Круговые эстафеты до 20 м 99 Круговые эстафеты до 20 м 90				репрыгивание с одной		
гах через медленно вращающуюся скакалку вперед, с промежуточным подскоком. Подвижная игра с элементами общеразвивающих упражнений вающих упражнений вающих упражнений. 95 Круговые эстафеты до 20 м Тоды выполнение бега в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Участвуют в участвуют в соревновательной деятельности (участвуют в				ноги на другую, пере-		
щающуюся скакалку вперед, с промежуточным подскоком. Подвижная игра с элементами общеразвивающих упражнений Выполняют бег в чередовании с до 20 м ментами перестроений. Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Участвуют в соревнователь до 20 м 13.05. Выполнение бега в чередовании с ходьбой. Круговые эстафеты до 20 м 13.05. Выполнение бега в чередовании с ходьбой. Соревновательной деятельности (участвуют в деятельности (участвуют в деятельности (участвуют в деятельности)				прыгивание на двух но-		
Вперед, с промежуточным подскоком. Подвижная игра с элементами общеразвивающих упражнений 95 Круговые эстафеты до 20 м 96 Круговые эстафеты до 20 м 13.05. Выполнение бега в чередовании с ходьбой. Выполнение бега в чередовании с ходьбой. Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Участвуют в участвуют в соревновательности (участвуют в деятельности (участвуют в				гах через медленно вра-		
ным подскоком. Подвижная игра с элементами общеразвивающих упражнений Круговые эстафеты до 20 м Кру				щающуюся скакалку		
Подвижная игра с элементами общеразвивающих упражнений Выполняют бег в чередовании с до 20 м Выполнение бега в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Участвуют в соревновательности (участвуют в до 20 м Выполнение бега в чередовании с ходьбой. Соревновательности (участвуют в деятельности (участвуют в деятельности (участвуют в деятельности) Подвижная игра с элементами общеразвивающих упражнений Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одном упод контролем педагога. Участвуют в соревновательной деятельности (участвуют в деятельности (участвуют в деятельности) Подвижная игра с элементами общеразвивающих упражнений Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одном упод контролем педагога. Участвуют в соревновательной деятельности (участвуют в деятельности)				вперед, с промежуточ-		
ментами общеразви- вающих упражнений 95 Круговые эстафеты до 20 м 96 Круговые эстафеты до 20 м 97 Круговые эстафеты до 20 м 98 Круговые эстафеты до 20 м 98 Круговые эстафеты до 20 м 99 Круговые эстафеты до 20 м 90 Круговые эстафеты до 20 м 90 Круговые эстафеты до 20 м 91 Круговые эстафеты до 20 м 93 Круговые эстафеты до 20 м 94 Круговые эстафеты до 20 м 95 Круговые эстафеты до 20 м 96 Круговые эстафеты до 20 м 97 Круговые эстафеты до 20 м 98 Круговые эстафеты до 20 м 99 Круговые эстафеты до 20 м 90 Круговые эстафеты до 20				ным подскоком.		
Вающих упражнений Выполняют бег в чередовании с Выполняют бег в чередовании с Ходьбой в колонне по одному под Круговые эстафеты до 20 м Выполнение бега в чередовании с ходьбой. Выполнение бега в чередовании с ходьбой. Выполнение бега в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Участвуют в Участвуют в соревновательности участвуют в Соревновательности Сор				<u> </u>		
95 Круговые эстафеты до 20 м 13.05. Подвижная игра с элементами перестроений. Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Участвуют в соревновательности (участвуют в деятельности (участвуют в деятельности (участвуют в деятельности)				1		
до 20 м ментами перестроений. Выполнение бега в чедо 20 м ментами с ходьбой. Выполнение бега в чедо 20 м ходьбой. Контролем педагога. Участвуют в соревновательной деятельности (участвуют в деятельности (участвуют в деятельности)				J 1		
96 Круговые эстафеты до 20 м Выполнение бега в чередовании с ходьбой. Выполнение бега в чередовании с ходьбой. Контролем педагога. Участвуют в участвуют в соревновательности (участвуют в	95		08.05.	Подвижная игра с эле-	Выполняют бег в чередовании с	Выполняют бег в чередовании с
до 20 м редовании с ходьбой. соревновательной деятельности деятельности (участвуют в					_	ходьбой в колонне по одному.
	96		13.05.		1	Участвуют в соревновательной
Выполнение комплекса по возможности тафете)		до 20 м		1	соревновательной деятельности	деятельности (участвуют в эс-
				Выполнение комплекса	по возможности	тафете)

			общеразвивающих упражнений.	(участвуют в эстафете)	
			Эстафета на скорость		
97	Высокий старт 30	14.05.	Выполнение ходьбы со	Выполняют ходьбу со сменой	Выполняют ходьбу со сменой
	M		сменой положения рук.	положения рук под контролем	положения рук по показу учи-
98/	Высокий старт 30	15.05.	Выполнение упражне-	учителя. Выполняют бег с высо-	теля. Выполняют упражнения
99	M	20.05.	ний для укрепления го-	кого старта, ориентируясь на об-	по инструкции и показу учите-
			леностопных суставов и	разец выполнения учителем	ля. Выполняют бег с высокого
			стоп.	и/или обучающимися 2 группы	старта после инструкции и по-
			Ускорение на дистанции		каза учителя
			в 30 м, ознакомление с		
			понятием высокий старт		
100/	Мини футбол	21.05.	Выполнение бега по	Выполняют бег под контролем	Выполняют бег после инструк-
101	1 5	22.05.	прямой в шеренге.	учителя.	ции, ориентируясь на зритель-
			Выполнение общеразви-	Выполняют 3-5 упражнения. Вы-	но-пространственные опоры.
			вающих упражнений.	полняют различные виды ведения	Выполняют захват и удержание
			Ознакомление с назва-	мяча после инструкции и неодно-	футбольного мяча после инст-
			нием футбольного мяча.	кратного показа учителя.	рукции и показа учителя. Иг-
			Демонстрация стойки и	Участвуют в подвижной игре по	рают в подвижную игру после
			техники футболиста.	показу и инструкции учителя	инструкции учителя
			Освоение правильного	I I I I	, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,
			захвата, стойки и произ-		
			вольного ведения мяча.		
			Игры с элементами об-		
			щеразвивающих упраж-		
			нений		

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484444

Владелец Чуприянов Григорий Евгеньевич

Действителен С 29.11.2024 по 29.11.2025