МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и молодежной политики Свердловской области

Управление образования и молодежной политики Администрации Талицкого муниципального округа МКОУ "Талицкая СОШ №4"

РАССМОТРЕНО

на педагогическом совете МКОУ
"Талицкая СОШ № 4"

Протокол № 1 от «29» августа 2025 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по учебной работе

Т.В. Семеновых

УТВЕРЖИЕНО

Директор МКОУ "Талицкая СОШ №4"

Н.И. Волкова

Приказ № 2908-1о от «29» августа 2025 г.

Рабочая программа учебного предмета

«Адаптивная физическая культура» (для 1-4 классов)

г. Талица 2025

ОГЛАВЛЕНИЕ

1	ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	2
II.	СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ	6
	1 КЛАСС	6
	2 КЛАСС	7
	3 КЛАСС	9
	4 КЛАСС	11
III.	ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ	12
	1 КЛАСС	12
	2 КЛАСС	13
	3 КЛАСС	14
3.1.	4 КЛАСС	15
3.1.	· ·	
	СИСТЕМА ОЦЕКИ ДОСТИЖЕНИЙ	
	1 КЛАСС	16
	2 КЛАСС	17
	3 КЛАСС	17
	4 КЛАСС	17
IV.	ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ	19
	1 КЛАСС	19
	2 КЛАСС	48
	3 КЛАСС	76
	4 КЛАСС	106
V.	СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ	132
	ЛИТЕРАТУРЫ	

І. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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

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

Учебный предмет «Адаптивная физическая культура» относится к предметной области «Физическая культура» и является обязательной частью учебного плана. В соответствии с учебным планом рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 1 классе рассчитана на 33 учебные недели и составляет 99 часов в год (3 часа в неделю), во 2 классе рассчитана на 34 учебные недели и составляет 102 часа в год (3 часа в неделю), в 3 классе рассчитана на 34 учебные недели и составляет 102 часа в год (3 часа в неделю), в 4 классе рассчитана на 34 учебные недели и составляет 102 часа в год (3 часа в неделю).

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

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

Задачи обучения:

- коррекция нарушений физического развития;
- формирование двигательных умений и навыков;
- развитие двигательных способностей в процессе обучения;
- укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;
- раскрытие возможных избирательных способностей и интересов обучающихся для освоения доступных видов спортивно- физкультурной деятельности;
- формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни.

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура»

в 1 классе определяет следующие задачи:

- формирование умения готовиться к уроку;
- формирование представления о колонне, шеренге;
- формирование умения выполнять простейшие строевые действия в колонне и шеренге;
- формирование умения ходить и бегать в различном темпе и определенном ритме;
- формирование умения подпрыгивать на двух ногах и на одной ноге, мягко приземляться в прыжках;
- формирование умения подлезать, пролезать и перелезать через препятствие;
- формирование умения правильно брать контрастные по величине и форме предметы, передавать и переносить их;
- формирование умения действовать целенаправленно в подвижных играх под руководством учителя;
- воспитание доброжелательного отношения к товарищам, смелости во время выполнения физических упражнений.
- 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.

во 2 классе определяет следующие задачи:

- формирование у обучающихся представлений о физической культуре;
- овладение простейшей техникой выполнения основных движений;
- формирование умения правильно пользоваться лыжным инвентарем, выполнять строевые команды с лыжами и на лыжах;
- формирование умения выполнять простейшие исходные положения по словесной инструкции учителя;
- формирование умения принимать правильную осанку в основной стойке, при ходьбе, а также сидя, лежа;
- формирование умения не задерживать дыхания при выполнении упражнений;
- формирование умения сохранять равновесие при движении по гимнастической скамейке;
 - формирование умения подчиняться правилам игры;
 - воспитание уверенности в себе, своих силах.
 - в 3 классе определяет следующие задачи:
 - 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.
 - в 4 классе определяет следующие задачи:
 - формирование элементарных знаний о распорядке дня, личной гигиене;
 - формирование умения выполнять комплекс утренней гимнастики;
- формирование умения подавать команды при сдаче рапорта, выполнять все изученные команды в строю, соблюдать дистанцию при перестроениях;
 - формирование умения принимать правильную осанку;
- формирование умения ходить в различном темпе с различными исходными положениями рук;
- формирование умения перелезать через препятствия и подлезать под них различными способами в зависимости от высоты;
 - формирование умения переносить несколько набивных мячей;
- формирование умения сохранять равновесие на гимнастической скамейке в упражнениях с предметами и в парах, выполнять вис на канате,
- формирование умения координировать движения рук и ног в попеременном двухшажном ходе;
- формирование умения преодолевать спуск в высокой стойке на склоне, преодолевать на лыжах дистанцию до 0,8 км;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений.

II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

1 класс

Урочные занятия направлены на углубленное и индивидуальное обучение базовым двигательным действиям.

Обучение адаптивной физической культуре носит практическую направленность и тесно связано с другими учебными предметами, жизненными ситуациями.

Программой предусмотрены следующие виды работы:

- беседы о содержании и значении физических упражнений для повышения качества здоровья и коррекции нарушенных функций;
 - выполнение физических упражнений на основе показа учителя;
- выполнение физических упражнений без зрительного сопровождения, под словесную инструкцию учителя;
- формирование двигательных умений и навыков в процессе подвижных игр.

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.

No	Название раздела	Количество	Контрольные работы
п/п	ттазвание раздела	часов	(количество)
1	Знания о физинальной культура	В процессе	
1.	Знания о физической культуре	обучения	-
2.	Гимнастика	30	-
3.	Легкая атлетика	36	-
4.	Игры	33	-
	Итого:	99	-

2 класс

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

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

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

- обучения двигательным действиям (дробление и последовательное освоение частей целостного упражнения);
- развития физических качеств и способностей (для развития скоростных качеств (быстроты) повторный, игровой, вариативный (контрастный), сенсорный методы;
- для развития выносливости равномерный, переменный, повторный, игровой методы;
- для развития координационных способностей- элементы новизны в изучаемом физическом упражнении (изменение исходного положения, направления, темпа, усилий, скорости, амплитуды, привычных условий и др.);
 - симметричные и асимметричные движения;
- релаксационные упражнения, смена напряжения и расслабления мышц;
- упражнения на реагирующую способность (сигналы разной модальности на слуховой и зрительный аппарат);
- упражнения на раздражение вестибулярного аппарата (повороты, наклоны, вращения, внезапные остановки, упражнения на ограниченной, повышенной или подвижной опоре);
- упражнения на точность различения мышечных усилий, временных отрезков и расстояния (использование тренажеров для «прочувствования» всех параметров движения, предметных или символических ориентиров, указывающих направление, амплитуду, траекторию, время движения, длину и количество шагов);
- упражнения на дифференцировку зрительных и слуховых сигналов по силе, расстоянию, направлению;
- воспроизведение заданного ритма движений (под музыку, голос, хлопки и т. п.);
- пространственная ориентация на основе кинестетических, тактильных, зрительных, слуховых ощущений (в зависимости от сохранности сенсорных систем);
- упражнения на мелкую моторику кисти (жонглирование предметами, пальчиковая гимнастика и др.);
- парные и групповые упражнения, требующие согласованности совместных действий.

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

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

Использование разнообразных средств и методов адаптивной физической культуры служат стимулятором повышения двигательной

активности, здоровья и работоспособности, способом удовлетворения потребности в эмоциях, движении, игре, общении, развития познавательных способностей, следовательно, являются фактором гармоничного развития личности, что создает реальные предпосылки социализации.

<u>№</u> п/п	Название раздела	Количество часов	Контрольные работы (количество)
1.	Знания о физической культуре	в процессе обучения	-
2.	Гимнастика	23	-
3.	Легкая атлетика	35	
4.	Лыжная подготовка	18	-
5.	Игры	26	-
Ито	го:	102	-

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

3 класс

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

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

- формирования знаний (методы слова (информация речевого воздействия) и методы наглядности (информация перцептивного воздействия);
- обучения двигательным действиям (дробление и последовательное освоение частей целостного упражнения);
- развития физических качеств и способностей (для развития скоростных качеств (быстроты) повторный, игровой, вариативный (контрастный), сенсорный методы;
- для развития выносливости равномерный, переменный, повторный, игровой методы;
- для развития координационных способностей элементы новизны в изучаемом физическом упражнении (изменение исходного положения, направления, темпа, усилий, скорости, амплитуды, привычных условий и др.);
 - симметричные и асимметричные движения;
- релаксационные упражнения, смена напряжения и расслабления мышц;
- упражнения на реагирующую способность (сигналы разной модальности на слуховой и зрительный аппарат);

- упражнения на раздражение вестибулярного аппарата (повороты, наклоны, вращения, внезапные остановки, упражнения на ограниченной, повышенной или подвижной опоре);
- упражнения на точность различения мышечных усилий, временных отрезков и расстояния (использование тренажеров для «прочувствования» всех параметров движения, предметных или символических ориентиров, указывающих направление, амплитуду, траекторию, время движения, длину и количество шагов);
- упражнения на дифференцировку зрительных и слуховых сигналов по силе, расстоянию, направлению;
- воспроизведение заданного ритма движений (под музыку, голос, хлопки и т. п.);
- пространственная ориентация на основе кинестетических, тактильных, зрительных, слуховых ощущений (в зависимости от сохранности сенсорных систем);
- упражнения на мелкую моторику кисти (жонглирование предметами, пальчиковая гимнастика и др.);
- парные и групповые упражнения, требующие согласованности совместных действий.

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

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

Использование разнообразных средств и методов адаптивной физической культуры служат стимулятором повышения двигательной активности, здоровья и работоспособности, способом удовлетворения потребности в эмоциях, движении, игре, общении, развития познавательных способностей, следовательно, являются фактором гармоничного развития личности, что создает реальные предпосылки социализации.

<u>№</u> п/п	Название раздела		Количество часов	Контрольные работы (количество)
1.	Знания о физической культуре		В процессе обучения	-
2.	Гимнастика		23	-
3	Легкая атлетика		36	-
4.	Игры		26	-
5.	Лыжная подготовка		17	-
		Итого:	102	-

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

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

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

- формирования знаний (методы слова (информация речевого воздействия) и методы наглядности (информация перцептивного воздействия);
- обучения двигательным действиям (дробление и последовательное освоение частей целостного упражнения);
- развития физических качеств и способностей (для развития скоростных качеств (быстроты) повторный, игровой, вариативный (контрастный), сенсорный методы;
- для развития выносливости равномерный, переменный, повторный, игровой методы;
- для развития координационных способностей- элементы новизны в изучаемом физическом упражнении (изменение исходного положения, направления, темпа, усилий, скорости, амплитуды, привычных условий и др.);
 - симметричные и асимметричные движения;
- релаксационные упражнения, смена напряжения и расслабления мышц;
- упражнения на реагирующую способность (сигналы разной модальности на слуховой и зрительный аппарат);
- упражнения на раздражение вестибулярного аппарата (повороты, наклоны, вращения, внезапные остановки, упражнения на ограниченной, повышенной или подвижной опоре);
- упражнения на точность различения мышечных усилий, временных отрезков и расстояния (использование тренажеров для «прочувствования» всех параметров движения, предметных или символических ориентиров, указывающих направление, амплитуду, траекторию, время движения, длину и количество шагов);
- упражнения на дифференцировку зрительных и слуховых сигналов по силе, расстоянию, направлению;
- воспроизведение заданного ритма движений (под музыку, голос, хлопки и т. п.);
- пространственная ориентация на основе кинестетических, тактильных, зрительных, слуховых ощущений (в зависимости от сохранности сенсорных систем);
- упражнения на мелкую моторику кисти (жонглирование предметами, пальчиковая гимнастика и др.);
- парные и групповые упражнения, требующие согласованности совместных действий.

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

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

Использование разнообразных средств и методов адаптивной физической культуры служат стимулятором повышения двигательной активности, здоровья и работоспособности, способом удовлетворения потребности в эмоциях, движении, игре, общении, развития познавательных способностей, следовательно, являются фактором гармоничного развития личности, что создает реальные предпосылки социализации.

<u>№</u> п/п	Название раздела	Количество часов	Контрольные работы (количество)
1.	Знания о физической культуре	В процессе обучения	-
2.	Гимнастика	23	-
3.	Легкая атлетика	35	-
4.	Лыжная подготовка	18	-
5.	Игры	26	-
	Итого:	102	-

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

III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ 1 класс

Личностные:

- принятие социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;
- принятие себя как обучающегося, заинтересованного посещением занятий адаптивной физической культурой в условиях спортивного зала, на спортивной площадке (на открытом воздухе);
- формирование способности к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей.

Предметные:

Минимальный уровень:

- сформировать первоначальные представления о значении физической культуры для укрепления здоровья человека;
 - уметь выполнять простые инструкции учителя;

- иметь представление о видах двигательной деятельности;
- уметь выполнять комплекс упражнений с помощью учителя;
- овладевать начальными двигательными навыками бега, прыжков и метания.

Достаточный уровень:

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

2 класс

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 спортивнооздоровительные мероприятия.

Предметные:

Минимальный уровень:

- сформировать первоначальные представления о значении физической культуры для укрепления здоровья человека;
 - уметь выполнять простые инструкции учителя;
 - иметь представление о видах двигательной деятельности;
 - уметь выполнять комплекс упражнений с помощью учителя;
- овладевать начальными двигательными навыками бега, прыжков и метания.

Достаточный уровень:

- сформировать первоначальные представления о значении физической культуры для укрепления здоровья человека;
 - сформировать навыки наблюдения за своим физическим состоянием;
- овладевать элементарными представлениями об основных физических качествах (сила, быстрота, выносливость, координация, гибкость).
 - знать основные правила поведения и техники безопасности на уроке;
 - уметь выполнять команды учителя по словесной инструкции;
 - уметь выполнять упражнения для разминки;

- уметь сочетать дыхание с движение во время бега;
- уметь держать постоянный темп в беге;
- уметь пробежать от 300 до 500 м без остановки.

3 класс

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 спортивнооздоровительные 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.

4 класс

Личностные:

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

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

Достаточный уровень:

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

Система оценки достижений 1 класс

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

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

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

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

Соотнесение результатов оценочной деятельности, демонстрируемые обучающимися:

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

2-4 класс

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

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

При оценке предметных результатов учитель руководствуется следующими критериями:

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

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

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

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

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

Оценка «2» - не ставится.

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

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

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

IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 1 класс

№	Тема	Кол-во часов	Программное	Дифференциация видов деятельности		
312	предмета	Кол	содержание	Минимальный уровень	Достаточный уровень	
			Легкая	атлетика- 31 час		
1	Чистота одежды и обуви. Подготовка к уроку физической культуры	1	Беседа о содержании занятий и требованиях к их организации. Выполнение комплекса физкультминутки. Ознакомление с построением парами	Слушают инструктаж и отвечают односложно на вопросы учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Выполняют комплекс физкультминутки. Строятся парами под контролем учителя	Слушают инструктаж и отвечают на вопросы учителя, самостоятельно готовятся к уроку физической культуры (одевают и убирают физкультурную форму). Выполняют комплекс физкультминутки. Строятся парами самостоятельно	
2	Правила поведения на уроках физической культуры. Построение в колонну по одному, равнение в затылок	1	Тренировочные упражнения в быстром переодевании и аккуратном складывании одежды. Ознакомление с построением в колонне в спортивный зал. Ознакомление с правилами поведения на уроках физической культуры. Разучивание подвижной игры с элементами общеразвивающих упражнений	Переодевают и складывают форму с помощью учителя. Выполняют общее построение под контролем учителя. Передвигаются к месту занятий. Слушают объяснение и рассматривают помещение и оборудование спортивного зала (с помощью учителя). Слушают инструктаж и зрительно воспринимают образец поведения на уроках физической культуры (техника	Самостоятельно готовятся к уроку. Выполняют построение в колонну по указанию учителя. Передвигаются в колонне за учителем. Слушают объяснение и рассматривают помещение и оборудование спортивного зала. Слушают инструктаж и зрительно воспринимают образец поведения на уроках физической культуры (техника безопасности). Играют в подвижную игру по инструкции учителя	

3	Построение в шеренгу по одному. Ходьба парами по кругу, взявшись за руки	1	Ознакомление с построением с организованным построением в шеренгу по сигналу учителя. Ознакомление с построением и передвижением парами. Повторение подвижной игры элементами общеразвивающих упражнений	безопасности). Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя Выполняют простые виды построений, осваивают на доступном уровне строевые действия в шеренге и колонне (с помощью учителя). Ходят парами по кругу, взявшись за руки под контролем учителя	Выполняют построения и перестроения в шеренгу, колонну, круг, осваивают строевые действия в шеренге и колонне. Ходят парами по кругу, взявшись за руки; выполняют ходьбу в колонне по одному в обход зала за учителем
4	Ходьба в медленном и быстром темпе	1	Выполнение построений в шеренгу и колонну. Ознакомление с ходьбой в различном темпе. Выполнение комплекса утренней гимнастики. Ознакомление с подвижной игрой с бегом	Выполняют построение в шеренгу и колонну, ориентируясь на образец выполнения обучающимися 2 группы Осваивают и выполняют ходьбу в умеренном темпе. Выполняют 3-4 упражнения комплекса. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Выполняют построение в шеренгу и колонну. Осваивают и выполняют ходьбу в медленном (умеренном), среднем и быстром темпе с сохранением правильной осанки, в затылок друг другу и осуществление зрительного контроля за дистанцией. Выполняют комплекс утренней гимнастики. Играют в подвижную игру после инструкции и показа учителя
5	Ходьба по прямой линии на носках и пятках на внутреннем и внешнем своде стопы	1	Ознакомление с игровыми задания на построение и перестроения. Выполнение ходьбы в различном темпе. Освоение разновидностей ходьбы. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	Выполняют игровые задания (с помощью учителя). Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или	Выполняют игровые задания. Осваивают и выполняют ходьбу по прямой линии на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы с сохранением равновесия на ограниченной поверхности. Играют в подвижную игру по показу учителя

6	Перебежки группами и по одному 15-20 м	1	Подвижная игра с прыжками Выполнение построения в шеренгу. Освоение общеразвивающих упражнений. Выполнение перебежек группами и по одному. Закрепление правил техники безопасности во время выполнения упражнений в паре, группе. Ознакомление с подвижной игрой с элементами общеразвивающих упражнений	обучающимися 2 группы. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя Выполняют построение в шеренгу (с помощью учителя). Осваивают перебежки по одному, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Выполняют построение в шеренгу п сигналу учителя. Выполняют перебе группами и по одному 15-20 м, соблюдают правила безопасности. Выполняют комплекс общеразвиваю упражнений после показа учителем. Играют в подвижную игру после инструкции и показа учителя	жки
7	Бег в медленном темпе, чередующийся с ходьбой	1	Выполнение построений в шеренгу, в колонну по одному. Освоение бега в медленном темпе, чередование ходьбы и бега. Выполнение упражнений на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища. 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	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	

				учителя	
8	Бег с сохранением	1	Беседа о правильной осанке.	Фиксируют внимание и	Выполняют построение в
	правильной осанки		Освоение бега с сохранением	воспринимают расположение	шеренгу, в колонну по команде
	-		правильной осанки.	зрительных пространственных	учителя, ориентируясь на
			Выполнение	опор- ориентиров для	зрительно- пространственные
			общеразвивающих	выполнения построений и	опоры. Выполняют упражнения
			упражнений с малыми	перестроений. Выполняют бег	на основные положения и
			мячами.	и ходьбу, ориентируясь на	движения рук, ног, головы,
			Подвижная игра с бегом	образец выполнения учителем	туловища.
			_	и/или обучающимися 2	Чередуют ходьбу с бегом,
				группы. Выполняют основные	сохраняя темп, дистанцию во
				положения и движения рук,	время движения, удерживая
				ног, головы, туловища с	правильную осанку во время
				наименьшим количеством раз.	ходьбы.
				Участвуют в подвижной игре	Играют в подвижную игру после
				по показу и инструкции	инструкции
				учителя	
9	Бег в колонне за	1	Освоение построения и	Выполняют медленный бег за	Выполняют бег в колонне в
	учителем в		передвижения за учителем в	наиболее физически развитым	заданном направлении,
	заданном		колонне.	обучающимся из 2 группы,	сохранение дистанции, равнение
	направлении		Освоение построения в круг.	ориентируясь на его пример	в затылок. Выполняют
			Выполнение упражнений с	(образец).	упражнения с флажками по
			флажками. Подвижная игра	Осваивают упражнения с	показу учителя. Играют в
			с прыжками	флажками, ориентируясь на	подвижную игру после
				образец выполнения учителем	инструкции
				и/или обучающимися 2	
				группы. Участвуют в	
				подвижной игре по показу и	
				инструкции учителя	
10	Прыжки на двух	1	Освоение прыжков на двух	Выполняют прыжки после	Выполняют прыжки после
	ногах		ногах. Выполнение	инструкции и неоднократного	инструкции и показа учителя.
			упражнений для укрепления	показа учителя (при	Выполнение упражнений для
			мышц ног.	необходимости: пошаговая	укрепления мышц ног по показу
			Подвижная игра с	инструкция учителя,	учителя.

			элементами лазания	пооперационный контроль	Играют в подвижную игру после
				выполнения действий).	инструкции и показа учителя
				Выполнение упражнений для	
				укрепления мышц ног с	
				наименьшим количеством раз.	
				Участвуют в подвижной игре	
11	Прыжки на одной	1	Подвижная игра с	Участвуют в подвижной игре.	Играют в подвижную игру.
	ноге на месте		элементами перестроений.	Выполняют бег в чередовании	Выполняют бег в чередовании с
			Выполнение бега в	с ходьбой под контролем	ходьбой. Прыгают на двух ногах
			чередовании с ходьбой.	учителя. Выполняют 4-5	на месте после инструкции и
			Выполнение комплекса	упражнений комплекса.	показа учителя
			общеразвивающих	Выполняют прыжки после	-
			упражнений. Различение	инструкции и неоднократного	
			правой и левой ноги.	показа учителя	
			Выполнение подпрыгиваний		
			на одной ноге, сохранение		
			равновесия.		
			Подвижная игра с бросками		
			и ловлей		
12	Прыжки с	1	Ознакомление с	Выполняют общеразвивающие	Выполняют общеразвивающие
	продвижением		общеразвивающими	упражнения наименьшее	упражнения после инструкции и
	вперед, назад		упражнениями с малыми	количество раз.	по показу педагога.
			мячами.	Ориентируются в направлении	Выполняют прыжки в заданном
			Ориентирование в	движений с помощью	направлении, ориентируясь на
			направлении движений.	педагога.	зрительно-пространственные
			Выполнение несколько	Прыгают на двух ногах с	опоры. Играют в подвижную
			подпрыгиваний подряд в	продвижением вперед.	игру по показу учителя
			заданном направлении.	Участвуют в подвижной игре	
			Подвижная игра с метанием	по показу и инструкции	
				учителя	
13	Прыжки с	1	Выполнение комплекса	Выполняют 4-5 упражнений	Выполняют комплекс
	продвижением		упражнений с малыми	комплекса.	упражнений.
	вправо, влево		мячами.	Прыгают на двух ногах с	Прыгают с продвижением
			Ориентирование в	продвижением вправо, влево с	вправо, влево, ориентируясь на

			пространстве в процессе	помощью педагога. Участвуют	зрительно-пространственные
			выполнения прыжков с	в подвижной игре по показу	опоры. Играют в подвижную
			продвижением в заданном	учителя	игру по показу и инструкции
			направлении, с сохранением		учителя
			устойчивого равновесия.		
			Подвижная игра с		
			элементами строевых команд		
14	Прыжки через	1	Выполнение бега в	Выполняют бег в чередовании	Выполняют бег в чередовании с
	начерченную		чередовании с ходьбой в	с ходьбой в колонне по одному	ходьбой в колонне по одному.
	линию		колонне по одному.	под контролем педагога.	Отвечают на вопросы целым
			Беседа о значении утренней	Отвечают на вопросы	предложением.
			зарядки.	односложно.	Выполняют построение в круг и
			Построение в круг и	Выполняют построение в круг	комплекс утренней зарядки по
			выполнение	с помощью учителя.	инструкции учителя.
			общеразвивающих	Перепрыгивают через	Перепрыгивают через
			упражнений типа зарядки.	начерченную линию,	начерченную линию после
			Выполнение прыжковых	ориентируясь на образец	инструкции и показа учителя
			упражнений, сохраняя	выполнения учителем и/или	
			равновесие при	обучающимися 2 группы.	
			приземлении.	Участвуют в игре по	
			Подвижная игра на внимание	инструкции	
15	Прыжки через	1	Выполнение ходьбы в	Выполняют ходьбу в колонне,	Выполняют ходьбу в колонне по
13	-	1	колонне по одному с	ориентируясь на образец	-
	шнур		,		одному с различными заданиями
			различными заданиями для	выполнения учителем и/или	для рук по показу учителя.
			рук. Построение в круг.	обучающимися 2 группы.	Выполняют построение в круг и
			Выполнение комплекса	Выполняют построение в круг	комплекс утренней зарядки по
			утренней гимнастики.	с помощью учителя.	инструкции учителя.
			Перепрыгивание через шнур,	Перепрыгивают через шнур	Перепрыгивают через шнур
			сохраняя устойчивое	после инструкции и	после показа учителя.
			равновесие.	неоднократного показа	Играют в подвижную игру по
			Подвижная игра с бегом	учителя (при необходимости:	инструкции учителя
				пошаговая инструкция	
				учителя, пооперационный	
				контроль выполнения	

				действий). Участвуют в подвижной игре по показу учителя	
16	Прыжки через набивной мяч	1	Выполнение ходьбы со сменой положений рук. Ознакомление с упражнениями для развития мышц кистей рук и пальцев. Выполнение прыжка через предмет, отталкиваясь одновременно двумя ногами и мягко приземляясь. Подвижная игра с метанием	Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют 3-4 упражнения. Перепрыгивают через шнур, начерченную линию. Участвуют в подвижной игре по показу учителя	Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют упражнения по словесной инструкции и показу. Перепрыгивают через набивной мяч. Осваивают и используют игровые умения
17	Прыжки с ноги на ногу	1	Выполнение ходьбы с хлопками в ладоши. Выполнение упражнений для развития мышц кистей рук и пальцев. Ознакомление с прыжком с ноги на ногу. Подвижная игра с прыжками	Выполняют ходьбу с хлопками, ориентируясь на образец. Выполняют прыжки после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий). Участвуют в подвижной игре по показу учителя	Выполняют ходьбу с хлопками по показу. Перепрыгивают с ноги на ногу на отрезках. Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя
18	Прыжок в длину с места	1	Выполнение ходьбы со сменой положения рук. Выполнение упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп. Ознакомление с названием и техникой выполнения прыжка. Выполнение прыжка в длину	Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя. Прыгают в длину с места, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции	Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя. Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя. Выполняют прыжок в длину с места по показу учителя. Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя

			с места. Подвижная игра с прыжками	учителя	
19	Правильный захват различных предметов	1	Выполнение обыкновенной ходьбы в чередовании с ходьбой по линии, обозначенной на полу, сохраняя равновесие. Выполнение упражнений на осанку. Ознакомление с правильным захватом различных предметов. Подвижная игра с бросанием и ловлей	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения. Выполняют захват и удержание различных предметов для выполнения метания после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий); бросают и ловят волейбольные мячи по прямому указанию учителя	Выполняют ходьбу по инструкции учителя. Осваивают и удерживают правильный захват различных предметов для выполнения метания одной и двумя руками по показу учителя. Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя
20	Прием и передача мяча в круге	1	Выполнение бега в медленном темпе,	Выполняют бег в медленном темпе под контролем учителя.	Выполняют бег в медленном темпе, чередование ходьбы и
21	Прием и передача мяча в круге	1	чередование ходьбы и бега. Построение в круг. Выполнение упражнений для укрепления туловища. Передача и прием мяча в круге. Коррекционная игра	Принимают и передают мяч в круге, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Участвуют в коррекционной игре, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий	бега. Выполняют построение в круг по указанию учителя. Выполняют прием и передача мяча в круге после инструкции и показа учителя. Играют в игру после показа учителем
22	Произвольное метание малых мячей	1	Выполнение бега по прямой в шеренге. Выполнение общеразвивающих упражнений.	Выполняют бег под контролем учителя. Выполняют 3-5 упражнений. Выполняют различные виды метания	Выполняют бег после инструкции, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры.

			Ознакомление с названием мяча для метания. Освоение правильного захвата и произвольного метания малого мяча. Игры с элементами общеразвивающих упражнений	малых мячей после инструкции и неоднократного показа учителя. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Выполняют захват и удержание различных предметов для выполнения метания после инструкции и показа учителя. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
23	Произвольное метание больших мячей	1	Выполнение ходьбы с сохранением правильной осанки. Выполнение общеразвивающих и специальных упражнений на осанку. Выполнение произвольного метания больших мячей. Подвижная игра с бегом	Выполняют ходьбу под контролем учителя. Выполняют упражнения наименьшее количество раз. Выполняют различные виды метания больших мячей после пооперационного показа и контроля выполнения действий. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Выполняют ходьбу по указанию учителя. Выполняют упражнения после инструкции и показа учителя. Выполняют различные виды метание большого мяча по показу учителя. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
24	Броски и ловля волейбольных мячей	1	Ходьба с хлопками. Выполнение упражнений с волейбольным мячом.	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем.	Выполняют ходьбу по показу учителя. Выполняют упражнения по
25	Броски и ловля волейбольных мячей	1	Подбрасывание мяча на разную высоту, выполнение ловли прямыми руками падающий мяч на уровне головы. Подвижная игра с прыжками	Выполняют 3-4 упражнения с мячом. Бросают и ловят волейбольный мяч по прямому указанию учителя. Участвуют в подвижной игре по показу учителя	инструкции учителя. Бросают и ловят волейбольные мячи по прямому указанию учителя. Играют в подвижную игру после инструкции
26	Метание колец на шесты	1	Выполнение ходьбы со сменой положений рук. Ознакомление с	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или	Выполняют ходьбу по прямому указанию учителя. Выполняют комплекс упражнений по показу
27	Метание колец на шесты	1	упражнениями для развития мышц кистей рук и пальцев.	обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения	учителя. Выполняют метания колец на

			Ознакомление с размещением «врассыпную». Определение названия спортивного инвентаря. Принятие правильного исходного положения во время метания, правильное	наименьшее количество раз. Размещаются «врассыпную» с помощью учителя. Метают кольца на шесты после инструкции и неоднократного показа учителя	шесты после инструкции и показа учителя
			удержание кольца		
28	Метание большого мяча двумя руками из-за головы	1	Выполнение бега по коридорчику. Принятие правильного положения во время метания,	Выполняют бег по коридорчику с помощью учителя. Метают большой мяч двумя	Выполняют метание большого мяча двумя руками из-за головы после инструкции учителя. Участвуют в игре после
29	Метание большого мяча двумя руками из-за головы	1	выполнение метания большого мяча способом изза головы. Подвижная игра с бегом	руками из-за головы, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Участвуют в подвижной игре по инструкции учителя	инструкции учителя
30	Метание мяча снизу с места в стену	1	Выполнение ходьбы в колонне по одному с различными заданиями для	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или	Выполняют ходьбу по указанию учителя. Выполняют комплекс упражнений по показу учителя.
31	Метание мяча снизу с места в стену	1	рук. Выполнение комплекса упражнений для укрепления туловища. Освоение правильного удержания мяча, ориентирование в пространстве, соразмерение своих усилий	обучающимися 2 группы. Выполняют 5-6 упражнений комплекса. Метают мяч снизу с места в стену, ориентируясь на образец выполнения учителем	Выполняют метание мяча снизу с места в стену после инструкции и показа учителя
	I			ı - 2 часа	
32	Подвижная игра «Гуси-лебеди»	1	Выполнение бега по прямой в шеренге. Выполнение общеразвивающих упражнений.	Выполняют бег под контролем учителя. Выполняют 3-5 упражнений. Участвуют в игре по инструкции и по показу	Выполняют бег после инструкции, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры.

33	Подвижная игра «У медведя во бору»	1	Закрепление слов и правил подвижный игры. Ориентирование в пространстве, свободное передвижение Выполнение ходьбы со сменой положения рук. Выполнение упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп.	учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная инструкция учителя) Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя. Выполняют упражнения наименьшее количество раз. Участвуют в	Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя Выполняют ходьбу по указанию учителя. Выполняют комплекс упражнений по показу. Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа
			Повторение речитативов игры. Выполнение правильного захвата предметов, свободное перемещение	игре по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя)	учителя
			Гимнасти	ка – 30 часов	
34	Значение физических упражнений для здоровья человека. Строевые действия в шеренге и колонне	1	Беседа о значении физических упражнений. Выполнение строевых действий, ориентирование в пространстве. Коррекционная игра	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	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

35	Название снарядов,	1	Беседа о спортивном	Слушают объяснение педагога	Слушают объяснение педагога по
	спортивного		инвентаре и оборудовании.	по теме с чёткими	теме с чёткими смысловыми
	инвентаря.		Выполнение гимнастики для	смысловыми акцентами и	акцентами и опорой на
	Гимнастика для		пальцев.	опорой на наглядность	наглядность (визуальный план,
	пальцев		Подвижная игра с мячом	(визуальный план, картинки	картинки по теме урока.
				по теме урока.	Выполняют комплекс
				Выполняют комплекс	упражнений.
				упражнений ориентируясь на	Осваивают и используют
				образец выполнения учителем	игровые умения
				и/или обучающимися 2	
				группы. Выполняют	
				упражнения с мячом по	
				инструкции и по показу	
				учителя	
36	Перестроение в	1	Выполнение бега в	Выполняют бег в медленном	Выполняют бег в медленном
	круг, взявшись за		медленном темпе,	темпе под контролем учителя.	темпе, чередование ходьбы и
	руки		чередование ходьбы и бега.	Принимают и передают мяч в	бега.
			Построение в круг.	круге, ориентируясь на	Выполняют построение в круг по
			Выполнение упражнений для	образец выполнения учителем	указанию учителя. Выполняют
			укрепления туловища.	и/или обучающимися 2	прием и передача мяча в круге
			Коррекционная игра	группы. Выполняют простые	после инструкции и показа
				команды по сигналу учителя с	учителя.
				одновременным показом	Выполняют перестроение в круг,
				способа выполнения	взявшись за руки. Играют в игру
				перестроения.	после показа учителем
				Участвуют в коррекционной	
				игре, ориентируясь на	
				поэтапный показ отдельных	
				действий	
37	Размыкание на	1	Выполнение ходьбы со	Выполняют ходьбу	Выполняют ходьбу ориентируясь
	вытянутые руки		сменой положений рук.	ориентируясь на образец	на образец выполнения
			Ознакомление с	выполнения учителем и/или	учителем. Выполняют
			упражнениями для развития	обучающимися 2 группы.	упражнения по словесной
			мышц кистей рук и пальцев	Выполняют 3-4 упражнения.	инструкции и показу.

Выполнение сторовых команд по показу учителя и робшеразвивающих упражнений и перенте выполнение общеразвивающих упражнений и побшеразвивающих упражнений и побшеразвивающих упражнений и побшеразвивающих упражнений общеразвивающих упражнения образец опсером отслеживают и анализируют образец образецителя образец образецителя образец образецителя образецителя образецителя образецителя образецителя образецителя образецителя		1		Ъ	*	Ъ
ориентирование в пространстве. Подвижная игра с метанием выполнения построений и перестроений. Участвуют в подвижной игре по показу учителя Выполнение строевых команд по показу учителя Выполнение основной стойки. Выполнение основных строевых команд. Выполнение общеразвивающих упражнений. Игры с элементами общеразвивающих упражнений В Повороты «налраво», «налсво», по показу учителя и по команде Выполнение построения в команде в различном темпе. Выполнение комплекса вориентирование в опор - ориентиров для выполнении построений и перестроений и перестроений и перестроению по построению и перестроению по сигналу учителя (при необходимости ориентируются на образец). Выполняют команды по построению и перестроению по сигналу учителя (при необходимости ориентируются на образец). Выполняют бег после инструкции, ориентируются на образец выполнение общеразвивающих упражнений. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя З рительно воспринимают и оценивают образец выполнения построений и переступанием. Выполняют построение в выполнения ипражнения. Выполняют построение в шеренгу и колонну, опреступанием образец выполнения построение в шеренгу и колонну, опрестуроений и перестуроений и перестуроений и перестуроений и перестуроений и перестуроений и перестуроений и перестроений и перестроение в шеренгу и колонну, отслеживают и анализируют отслеживают и анализируют отслеживают и опетроение в шеренгу и колонну, ориентируясь на образец шеренгу и колонну, образец выполняют построение в шеренгу и колонну, ориентируясь на образец шеренгу и колонну, образец и колонну, образец и колонну, образец и колонну, образец и колонну обра				Выполнение приставных	Фиксируют внимание и	Выполняют команды по
Пространстве. Подвижная игра с метанием порежиная игра с метанием порежиная игра с метанием порежиная игра с метанием порежиная построений и перестроений. Участвуют в подвижной игре по показу учителя построеных команд по показу учителя построений, осваивают на доступном уровне строевых строевых команд. Выполнение основных строевых команд. Выполнение бега по прямой в шеренге. Выполнение общеразвивающих упражнений. Игры с элементами общеразвивающих упражнений испоросты в инструкции учителя и по команде по показу учителя и по команде по показу учителя и по боль по построений и перестроению по сигналу учителя (при необходимости ориентируются на образец). Осваивают и построений и перестроению по сигналу учителя (при необходимости ориентируются на образец). Выполняют команды по построению и перестроению по сигналу учителя (при необходимости ориентируются на образец). Выполняют команды по построению и перестроению по сигналу учителя (при необходимости ориентируются на образец). Выполняют команды по построению и перестроению по сигналу учителя (при необходимости ориентируются на образец). Выполняют команды по построению и перестроению по сигналу учителя (при необходимости ориентируются на образец). Выполняют построений и перестроению и перестроений и построений и перестроений и перестроения выполнения упражнения построении и перестроений и перестроения в				± •		1
Подвижная игра с метанием Выполнения построений и перестроений и перестроений. Участвуют в подвижной игре по показу учителя Выполнение основной строевых команд по показу учителя Выполнение основных строевых команд. Выполнение основных строевых команд. Выполнение бега по прямой в шеренге. Выполнение общеразвивающих упражнений. Игры с элементами общеразвивающих упражнений Играют в подвижную игру после инструкции учителя Играют в подвижной игре по показу и инструкции учителя Играют в подвижной игре по показу и инструкции учителя Играют в подвижной игре по показу и инструкции учителя Играют в подвижной и построение в инструкции учителя Играют в подвижной и построение в ин						
Перестроений. Участвуют в подвижной игре по показу учителя Выполнение строевых команд по показу учителя Выполнение основных строевых команд. Выполнение общеразвивающих упражнений. Игры с элементами общеразвивающих упражнений Игры с элементами общеразвивающих упражнений Ознакомление построения в меденту и поворот окоманде Выполнение построения в меденту и поворот окоманде Выполняют построение в моманде Выполняют построение в построение и колонне построению и перестроению по построению и перестроению по строению и перестроению по строению и перестроению по строению и перестроению по сигналу учителя (с помощью учителя). Выполняют бег после инструкции, ориентируются на образец). Выполняют бег после инструкции, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Играют в подвижную игру после инструкции учителя ипструкции учителя и по образец образец образец образец образец выполнения построений и перенту и колонну, ориентируясь на образец шеренгу и колонну. Осваивают и шеренгу и колонну. Осваивают и метрум и колонну.				* *		1 1 1
38 Выполнение строевых команд по показу учителя 1 3акрепление основной стойки. Выполнение основных строевых команд по показу учителя 2 3акрепление основных стойки. Выполнение основных строевых команд. Выполнение бега по прямой в шеренге. Выполнение общеразвивающих упражнений. Игры с элементами общеразвивающих упражнений 1 3акрепление основных стойки. Выполнение основных строевых команд. Выполняют бег построению и перестроению по сигналу учителя (при необходимости ориентируются на образец). Выполняют бег под контролем учителя. Выполняют бег под контролем учителя и подвижной игре по показу и инструкции учителя инструкции, ориентируясь на упражнений. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя инструкции учителя и по ценивают образец отслеживают и анализируют переступанием. Ознакомление с ходьбой в различном темпе. Выполнение комплекса опраем и шеренгу и колонну, ориентируясь на образец шеренгу и колонну. Осваивают и				Подвижная игра с метанием	-	• /
Закрепление основной стойки. Выполнение основных строевых команд по показу учителя Выполнение основных строевых команд. Выполнение бега по прямой в шеренге. Выполнение общеразвивающих упражнений. Игры с элементами общеразвивающих упражнений Игры с элементами общеразвивающих упражнений Выполнение построения в шеренге по показу и ипструкции учителя Выполнение общеразвивающих упражнений Игры с элементами общеразвивающих упражнений Выполнение построения в шеренге по показу и ипструкции учителя Ознакомление с ходьбой в команде Выполнение комплекса Выполняют команды по построению и перестроению по сигналу учителя (при действия в шеренге и колонне (с помощью учителя). Выполняют бег после учителя в подвижной игре по показу и инструкции, учителя и потроения в шеренгу и поворот переступанием. Ознакомление с ходьбой в различном темпе. Выполнение комплекса Выполняют построение в шеренгу и колонну, ориентируясь на образец шеренгу и колонну. Осваивают и						используют игровые умения
Выполнение строевых команд по показу учителя					подвижной игре по показу	
строевых команд по показу учителя Стойки. Выполнение основных строевых команд. Выполнение бега по прямой в шеренге. Выполнение общеразвивающих упражнений. Игры с элементами общеразвивающих упражнений общеразвивающих упражнения построения в шеренгу и поворот переступанием. Выполнения упражнения построений и перестроений. Выполняют построение в шеренгу и колонну, ориентируясь на образец шеренгу и колонну. Осваивают и					учителя	
Показу учителя Выполнение основных строевых команд. Выполнение бега по прямой в шеренге. Выполнение общеразвивающих упражнений. Игры с элементами общеразвивающих упражнений общеразвивают образец отслеживают и анализируют образец выполнения построений и переступанием. Ознакомление с ходьбой в различном темпе. Выполнения упражне образец выполняют построение в шеренгу и колонну, ориентируясь на образец шеренгу и колонну, ориентируются на образец истналу учителя (при необходимости ориентируются на образец). Выполняют бег под контролем инструкции, ориентируясь на образец опоры. Играют в подвижную игру после инструкцию, отслеживают и анализируют образец выполнения построений и перестроений. Выполняют построение в шеренгу и колонну, ориентируются на образец шеренгу и колонну. Осваивают и	38	Выполнение	1		Выполняют простые виды	Выполняют команды по
строевых команд. Выполнение бега по прямой в шеренге. Выполнение общеразвивающих упражнений. Игры с элементами общеразвивающих упражнений 39 Повороты «направо», «налево», по показу учителя и по команде 39 Повороты «направо», по показу учителя и по команде 30 Выполнение построения в различном темпе. Выполнение комплекса 31 Выполнение построения в различном темпе. Выполнение комплекса 32 Выполнение и колонне (с помощью учителя). Выполняют 3-5 упражнений. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя и подвижной игре по показу и инструкции учителя инструкции учителя и подвижной игре по показу и инструкции учителя инструкции учителя и поденивают образец выполнения построений и перестроений. Выполняют построение в шеренгу и колонну, ориентируются на образец инструкции, ориентируются на образец инструкции, ориентируют опоры. Играют в подвижную игру после инструкции учителя инструкции учителя инструкцию, отслеживают и анализируют образец выполнения построений и перестроений. Выполняют построение в шеренгу и колонну, ориентируют опоры. Играют в подвижную игру после инструкции учителя и		строевых команд по		стойки.	построений, осваивают на	построению и перестроению по
Выполнение бега по прямой в шеренге. Выполнение общеразвивающих упражнений. Игры с элементами общеразвивающих упражнений инструкции учителя и по команде Выполнение комплекса (с помощью учителя). Выполняют бег под контролем учителя). Выполняют бег под контролем учителя. Выполняют обег под контролем учителя и по выполнение построения в подвижной игре по показу и инструкции учителя и по команде Выполнение построения в подвижной игре по показу и инструкции учителя и по выполнение построения в подвижной игре по показу и инструкции учителя и по команде выполнения выполнения упражнения. Выполнения упражнения. Выполняют построение в подвижную игру после инструкции учителя и по оценивают образец отслеживают и анализируют образец выполнения построений и перестроений. Выполняют построение в шеренгу и колонну, ориентируясь на образец шеренгу и колонну. Осваивают и		показу учителя		Выполнение основных	доступном уровне строевые	сигналу учителя (при
в шеренге. Выполнение общеразвивающих упражнений. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя Повороты «направо», «налево», по показу учителя и по команде в шеренге. Выполнение построения в подвижной игре по показу и инструкции учителя и по команде в шеренге. Выполнение построения в подвижной игре по показу и инструкции учителя и по команде в шеренге. Выполнение построения учителя. Выполняют бег под контролем учителя. Выполняют бег после инструкции, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Играют в подвижную игру после инструкции учителя зрительно воспринимают и оценивают образец отслеживают и анализируют образец выполнения построений и переступанием. Выполняют построение в шеренгу и колонну, Выполняют построение в шеренгу и колонну, ориентируясь на образец шеренгу и колонну. Осваивают и				строевых команд.	действия в шеренге и колонне	необходимости ориентируются
общеразвивающих упражнений. Участвуют в инструкции, ориентируясь на упражнений. Участвуют в подвижной игре по показу и общеразвивающих упражнений инструкции учителя и по команде опоры. 39 Повороты «направо», «налево», по показу учителя и по команде выполнение с ходьбой в выполнение комплекса ориентируясь на упражнений. Участвуют в подвижной игре по показу упражнений. Играют в подвижную игру после инструкции учителя и по оценивают образец отслеживают и анализируют образец выполнения построений и перестроений. Выполняют построение в шеренгу и колонну, ориентируясь на образец инструкции, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Играют в подвижную игру после инструкции учителя и Слушают инструкцию, отслеживают и анализируют образец выполнения построений и перестроений. Выполняют построение в шеренгу и колонну, ориентируясь на образец шеренгу и колонну. Осваивают и					(с помощью учителя).	на образец).
упражнений. Участвуют в подвижной игре по показу и общеразвивающих упражнений инструкции учителя Играют в подвижную игру после упражнений Повороты «направо», «налево», по показу учителя и по команде выполнение с ходьбой в различном темпе. Выполнение комплекса упражнений упражнений. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя и по подвижной игре по показу и инструкции учителя и по подвижной игре по показу и инструкции учителя и по подвижной игре по показу и инструкции учителя и по подвижной игре по показу и инструкции учителя и по оценивают образец инструкции учителя и по показу и переступанием. Выполняют построение в иперестроений и перестроений. Выполняют построение в шеренгу и колонну, Выполняют построение в шеренгу и колонну. Осваивают и				в шеренге. Выполнение	Выполняют бег под контролем	Выполняют бег после
Игры с элементами общеразвивающих упражнений инструкции учителя Играют в подвижную игру после упражнений инструкции учителя Играют в подвижную игру после упражнений инструкции учителя 39 Повороты «направо», шеренгу и поворот переступанием. Выполнения упражнения. Ознакомление с ходьбой в различном темпе. Выполнения, построение в выполняют построение в выполняют построение в выполняют построение в и перестроений. Выполняют построение в шеренгу и колонну, выполняют построение в шеренгу и колонну. Осваивают и				общеразвивающих	учителя. Выполняют 3-5	инструкции, ориентируясь на
общеразвивающих упражнений инструкции учителя Играют в подвижную игру после упражнений инструкции учителя 39 Повороты «направо», «направо», по показу учителя и по команде команде Выполнение с ходьбой в Выполнение в наличими темпе. Выполнение комплекса инструкции учителя и инструкции учителя и инструкции учителя и инструкции учителя и по оценивают образец отслеживают и анализируют отслеживают и анализируют образец выполнения построений и перестроений. Выполняют построение в и перестроений. Выполняют построение в инструкции учителя инструк				упражнений.	упражнений. Участвуют в	зрительно-пространственные
упражнений упражнений инструкции учителя Повороты «направо», «направо», по показу учителя и по команде команде Выполнение комплекса упражнений инструкции учителя и по упражнений инструкции учителя и по команде упражнений и пореступанием. Выполнения упражнения. Ознакомление с ходьбой в различном темпе. Выполнения комплекса ориентируясь на образец шеренгу и колонну, инструкции учителя и Слушают инструкцию, отслеживают и анализируют отслеживают и анализируют образец выполнения построений и перестроений. Выполняют построение в и перестроений. Выполняют построение в инструкции учителя				Игры с элементами	подвижной игре по показу и	опоры.
39 Повороты 1 Выполнение построения в инаправо», по показу учителя и по команде 1 Выполнение с ходьбой в выполнения упражнения. 2				общеразвивающих	инструкции учителя	Играют в подвижную игру после
«направо», «налево», по показу учителя и по команде шеренгу и поворот переступанием. оценивают образец выполнения упражнения. Выполняют построение в различном темпе. образец выполнения построений и перестроений. Выполняют построение в различном темпе. шеренгу и колонну, ориентируясь на образец Выполняют построение в шеренгу и колонну, ориентируясь на образец Выполняют построение в шеренгу и колонну.				упражнений		инструкции учителя
«налево», по показу учителя и по команде переступанием. выполнения упражнения. образец выполнения построений и перестроений. выполняют построение в команде различном темпе. шеренгу и колонну, ориентируясь на образец Выполняют построений. Выполнения упражнения. Выполняют построений и перестроений. Выполняют построение в ориентируясь на образец Выполняют построение в шеренгу и колонну.	39	Повороты	1	Выполнение построения в	Зрительно воспринимают и	Слушают инструкцию,
учителя и по команде Ознакомление с ходьбой в различном темпе. Выполняют построение в шеренгу и колонну, Выполняют построение в ориентируясь на образец шеренгу и колонну. Осваивают и		«направо»,		шеренгу и поворот	оценивают образец	отслеживают и анализируют
команде различном темпе. шеренгу и колонну, Выполняют построение в ориентируясь на образец шеренгу и колонну. Осваивают и		«налево», по показу		переступанием.	выполнения упражнения.	образец выполнения построений
Выполнение комплекса ориентируясь на образец шеренгу и колонну. Осваивают и		учителя и по		Ознакомление с ходьбой в	Выполняют построение в	и перестроений.
		команде		различном темпе.	шеренгу и колонну,	Выполняют построение в
утренней гимнастики выполнения обучающимися 2 выполняют хольбу в мелленном				Выполнение комплекса	ориентируясь на образец	шеренгу и колонну. Осваивают и
y i permen i minime i minime i minime i minime i modifici medite medite i modifici medite i modifici medite i modifici medite med				утренней гимнастики.	выполнения обучающимися 2	выполняют ходьбу в медленном
Ознакомление с подвижной группы (умеренном), среднем и быстром				Ознакомление с подвижной	группы	(умеренном), среднем и быстром
игрой с бегом Осваивают и выполняют темпе с сохранением правильной				игрой с бегом	Осваивают и выполняют	темпе с сохранением правильной
ходьбу в умеренном темпе. осанки, в затылок друг другу и					ходьбу в умеренном темпе.	осанки, в затылок друг другу и
Выполняют 3-4 упражнения осуществление зрительного					Выполняют 3-4 упражнения	осуществление зрительного
комплекса. контроля за дистанцией.						
Участвуют в подвижной игре Выполняют комплекс утренней					Участвуют в подвижной игре	Выполняют комплекс утренней
по показу и инструкции гимнастики. Играют в					по показу и инструкции	гимнастики. Играют в
учителя подвижную игру после					учителя	подвижную игру после

					инструкции и показа учителя
40	Основные	1	Выполнение построений в	Фиксируют внимание и	Выполняют построение в
	положения и		шеренгу, в колонну по	воспринимают расположение	шеренгу, в колонну по команде
	движения рук, ног,		одному.	зрительных пространственных	учителя, ориентируясь на
	туловища, головы		Освоение бега в медленном	опор- ориентиров для	зрительно- пространственные
			темпе, чередование ходьбы и	выполнения построений и	опоры. Выполняют упражнения
			бега.	перестроений. Выполняют бег	на основные положения и
			Выполнение упражнений на	и ходьбу, ориентируясь на	движения рук, ног, головы,
			основные положения и	образец выполнения учителем	туловища.
			движения рук, ног, головы,	и/или обучающимися 2	Чередуют ходьбу с бегом,
			туловища.	группы. Выполняют основные	сохраняя темп, дистанцию во
			Коррекционная игра на	положения и движения рук,	время движения, удерживая
			развитие точности движений	ног, головы, туловища с	правильную осанку во время
				наименьшим количеством раз.	ходьбы.
				Участвуют в подвижной игре	Играют в подвижную игру после
				по показу и инструкции	инструкции
				учителя	
41	Упражнения на	1	Выполнение бега в	Выполняют бег в чередовании	Выполняют бег в чередовании с
	дыхания		чередовании с ходьбой в	с ходьбой в колонне по одному	ходьбой в колонне по одному.
			колонне по одному.	под контролем педагога.	Отвечают на вопросы целым
			Построение в круг и	Отвечают на вопросы	предложением.
			выполнение	односложно.	Выполняют построение в круг и
			общеразвивающих	Выполняют построение в круг	комплекс утренней зарядки по
			упражнений.	с помощью учителя.	инструкции учителя.
			Выполнение тренировочных	Выполняют коррегирующие	Выполняют коррегирующие
			упражнений на дыхание во	упражнения после	упражнения без предметов после
			время ходьбы, бега,	неоднократного показа по	показа учителя.
			проговаривание звуков на	прямому указанию учителя.	Играют в подвижную игру после
			выдохе. Подвижная игра на	Участвуют в игре по	инструкции
			внимание	инструкции учителя	
42	Упражнения на	1	Выполнение обыкновенной	Выполняют ходьбу,	Выполняют ходьбу по
	формирование		ходьбы в чередовании с	ориентируясь на образец	инструкции учителя.
	правильной осанки		ходьбой по линии,	выполнения. Бросают и ловят	Выполняют коррегирующие и
			обозначенной на полу,	волейбольные мячи по	общеразвивающие упражнения

			сохраняя равновесие. Закрепление положения правильной осанки. Выполнение упражнений у вертикальной плоскости для формирования правильной осанки. Подвижная игра с бросанием и ловлей	прямому указанию учителя. Выполняют упражнения на формирование правильной осанки, ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	без предметов после показа учителем. Осваивают и используют игровые умения
43	Упражнения на укрепление мышц туловища	1	Выполнение ходьбы в колонне по одному с различными заданиями для рук. Различение основных движений туловища. Выполнение комплекса упражнений на укрепление мышц туловища. Подвижная игра с прыжками	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения на укрепление мышц туловища по прямому указанию учителя. Участвуют в игре по инструкции учителя	Выполняют ходьбу по указанию учителя. Выполняют упражнения на укрепление мышц туловища, ориентируясь на образец выполнения учителем. Осваивают и используют игровые умения
44	Упражнения для пространственновременной дифференцировки и точности движений Упражнения для	1	Выполнение построений в шеренгу и колонну. Выполнение ходьбы по ориентирам, начерченным на полу. Прыжок в длину с места толчком двух ног в	Выполняют упражнения для развития точности движений; выполняют упражнения для развития пространственно— временной дифференцировки по прямому указанию учителя. Участвуют в игре по	Выполняют упражнения для развития пространственно— временной дифференцировки, ориентируясь на образец выполнения учителем. Осваивают и используют игровые умения
	пространственно- временной дифференцировки и точности движений		начерченный ориентир. Подвижная игра с метанием	инструкции учителя	
46	Упражнения с гимнастической палкой	1	Выполнение построений в шеренгу и колонну. Выполнение бега в чередовании с ходьбой. Выполнение комплекса	Выполняют упражнения с предметом, ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2	Выполняют упражнения с предметом, ориентируясь на образец выполнения учителем. Осваивают и используют игровые умения

			упражнений с гимнастической палкой. Подвижная игра с бросками	группы). Участвуют в игре по инструкции учителя	
47	Упражнения с обручем	1	и ловлей Выполнение ходьбы с хлопками в ладоши. Выполнение упражнений с обручем. Выполнение прыжков с ноги на ногу. Подвижная игра с прыжками	Выполняют ходьбу с хлопками, ориентируясь на образец. Выполняют упражнения с предметом по прямому указанию учителя. Выполняют прыжки после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий). Участвуют в подвижной игре по показу учителя	Выполняют ходьбу с хлопками по показу. Выполняют упражнения с предметом, ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют прыжки с ноги на ногу на отрезках. Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя
48	Упражнения с малыми мячами	1	Выполнение ходьбы со сменой положений рук. Повторение размещения «врассыпную». Выполнение перекладывания, перебрасывания, подбрасывания, разбрасывания и сбора, броска в пол, стену, вверх.	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения наименьшее количество раз. Размещаются «врассыпную» с помощью учителя. Метают кольца на шесты после инструкции и неоднократного показа учителя	Выполняют ходьбу по указанию учителя. Размещаются «врассыпную». Выполняют упражнения с малыми мячами после показа учителем
49	Упражнения с большим мячом	1	Выполнение ходьбы в колонне по одному с различными заданиями для рук. Выполнение комплекса упражнений для укрепления	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют 5-6 упражнений	Выполняют ходьбу по указанию учителя. Выполняют комплекс упражнений по показу учителя. Выполняют упражнения с предметом, ориентируясь на

			туловища. Выполнение	комплекса.	образец выполнения учителем
			поднимания, перекатывания,	Выполняют упражнения с	
			подбрасывания большого	предметом по прямому	
			мяча	указанию учителя	
50	Лазание вверх, вниз	1	Ознакомление с игровыми	Выполняют ходьбу на носках,	Выполняют игровые задания.
	по гимнастической		задания на построение и	на пятках, на внутреннем и	Осваивают и выполняют ходьбу
	стенке, не		перестроения.	внешнем своде стопы.	по прямой линии на носках, на
	пропуская реек		Выполнение ходьбы в	Выполняют комплекс	пятках, на внутреннем и
			различном темпе.	утренней гимнастики	внешнем своде стопы с
51	Лазание вверх, вниз	1	Освоение разновидностей	ориентируясь на образец	сохранением равновесия на
	по гимнастической		ходьбы.	выполнения учителем и/или	ограниченной поверхности.
	стенке, не		Выполнение комплекса	обучающимися 2 группы.	Смотрят образец выполнения
	пропуская реек		утренней гимнастики.	Выполняют лазанье	упражнения, слушают
			Определение названия	(с помощью учителя, по	инструкцию учителя, выполняют
			двигательному действию,	возможности самостоятельно)	упражнения. Осваивают и
			названия оборудования.	по	используют игровые умения
			Выполнение правильного	прямому указанию учителя.	
			захвата рейки руками и	Участвуют в подвижной игре	
			правильной постановки	по показу и инструкции	
			стопы на гимнастическую	учителя	
			стенку.		
			Подвижная игра с прыжками		
52	Проползание на	1	Выполнение обыкновенной	Выполняют ходьбу,	Выполняют ходьбу по
	четвереньках в		ходьбы в чередовании с	ориентируясь на образец	инструкции учителя. Выполняют
	медленном темпе		ходьбой по линии,	выполнения.	проползание на четвереньках в
	по горизонтальной		обозначенной на полу,	Выполняют ползание по	медленном темпе по
	скамейке		сохраняя равновесие.	гимнастический скамейке на	горизонтальной скамейке
			Выполнение упражнений на	четвереньках с помощью	(самостоятельно)
53	Проползание на	1	осанку. Выполнение упора на	учителя.	Играют в подвижную игру по
	четвереньках в		коленях и на четвереньках,	Бросают и ловят	показу и инструкции учителя
	медленном темпе		правильное удержание за	волейбольные мячи по	
	по горизонтальной		скамейку.Подвижная игра с	прямому указанию учителя	
	скамейке		бросанием и ловлей		

54	Подлезание под препятствием	1	Выполнение бега в медленном темпе,	Выполняют бег в медленном темпе под контролем учителя.	Выполняют бег в медленном темпе, чередование ходьбы и
55	высотой 40-50 см Подлезание под препятствием высотой 40-50 см	1	чередование ходьбы и бега. Построение в круг. Выполнение упражнений для укрепления туловища. Повторение правильного исходного положения для выполнения подлезания под препятствием. Коррекционная игра	Принимают и передают мяч в круге, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют простые команды по сигналу учителя с одновременным показом способа выполнения перестроения. Выполняют подлезание под препятствием высотой 40-50 см (с помощью учителя, по возможности самостоятельно). Участвуют в коррекционной игре, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий	бега. Выполняют построение в круг по указанию учителя. Выполняют перестроение в круг, взявшись за руки. Выполняют подлезание под препятствием высотой 40-50 см(самостоятельно) Играют в игру после показа учителем
56	Перелезание через препятствие высотой 40-50 см	1	Выполнение ходьбы со сменой положения рук. Выполнение упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп. Выполнение упражнения в перелезании опираясь на предплечья и колени, на животе. Подвижная игра с прыжками	Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя. Выполняют перелезание через препятствие высотой 40-50 см (с помощью учителя, по возможности самостоятельно. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя. Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя. Выполняют перелезание через препятствие высотой 40-50 см. Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя
57	Пролезание через гимнастический обруч	1	Выполнение ходьбы с хлопками в ладоши. Выполнение упражнений с обручем. Подвижная игра с прыжками	Выполняют ходьбу с хлопками, ориентируясь на образец. Выполняют упражнения для развития точности движений,	Выполняют ходьбу с хлопками по показу. Выполняют упражнения для развития точности движений, ориентируясь на образец

58	Ходьба по линии на носках, на пятках с различными положениями рук Ходьба по линии на носках, на пятках с различными положениями рук	1	Подвижная игра с элементами перестроений. Определение названий основных положений рук. Выполнение ходьбы с различным положением рук по ограниченной площади. Выполнение бега в чередовании с ходьбой. Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений.	ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Участвуют в подвижной игре по показу учителя Участвуют в подвижной игре. Выполняют бег в чередовании с ходьбой под контролем учителя. Выполняют 4-5 упражнений комплекса. Выполняют упражнения в равновесии после неоднократного показа учителя, в медленном темпе, с помощью, наименьшее количество раз. Участвуют в подвижной игре	выполнения учителем. Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя Играют в подвижную игру. Выполняют бег в чередовании с ходьбой. Выполняют упражнения на равновесие. Осваивают и используют игровые умения
60	Ходьба по гимнастической скамейке прямо, боком с	1	Подвижная игра с бросками и ловлей Выполнение ходьбы в колонне по одному с различными заданиями для рук. Построение в круг.	по показу учителя Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы.	Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют упражнения по словесной
61	различными положениями рук Ходьба по гимнастической скамейке прямо, боком с различными положениями рук	1	Выполнение комплекса утренней гимнастики. Выполнение приставного шага в сторону на гимнастической скамейке, передвижение прямо, сохраняя равновесие и удерживая положение правильной осанки. Подвижная игра с бегом	Выполняют 3-4 упражнения. Выполняют упражнения в равновесии после неоднократного показа учителя, в медленном темпе, с помощью. Участвуют в подвижной игре по показу учителя	инструкции и показу. Выполняют упражнения в равновесии после неоднократного показа учителя. Осваивают и используют игровые умения

62	Стойка на одной	1	Выполнение построений в	Фиксируют внимание и	Выполняют построение в
	ноге		шеренгу, в колонну по	воспринимают расположение	шеренгу, в колонну по команде
63	Стойка на одной	1	одному.	зрительных пространственных	учителя, ориентируясь на
0.5	ноге	1	Освоение бега в медленном	опор- ориентиров для	зрительно- пространственные
	1101 €		темпе, чередование ходьбы и	выполнения построений и	опоры. Выполняют упражнения
			бега.	перестроений. Выполняют бег	на основные положения и
			Выполнение упражнений на	и ходьбу, ориентируясь на	движения рук, ног, головы,
			основные положения и	образец выполнения учителем	туловища.
			движения рук, ног, головы,	и/или обучающимися 2	Чередуют ходьбу с бегом,
			туловища.	группы. Выполняют основные	сохраняя темп, дистанцию во
			Удержание равновесия во	положения и движения рук,	время движения, удерживая
			время выполнения	ног, головы, туловища с	правильную осанку во время
			упражнения.	наименьшим количеством раз.	ходьбы.
			Коррекционная игра на	Выполняют упражнения на	Выполняют упражнения на
			развитие точности движений	равновесие с помощью	равновесие по показу учителя.
				учителя. Участвуют в	Играют в подвижную игру после
				подвижной игре по показу и	инструкции
				инструкции учителя	
			Игры -	- 29 часов	
64	Правила поведения	1	Беседа о правилах	Слушают теоретический	Слушают теоретический
	на занятиях по		поведения.	материал по правилам игр и	материал по правилам поведения
	подвижным играм		Выполнение строевых	поведении во время игр с	игр с опорой на наглядность.
			действий, ориентирование в	опорой на наглядность	Отвечают на вопросы
			пространстве.	(картинки, карточки).	предложением.
			Коррекционная игра	Отвечают на вопросы	Воспринимают и запоминают
				односложно. Выполняют	расположение
				построение в шеренгу и	зрительных пространственных
				колонну, ориентируясь на	опор - ориентиров для
				образец выполнения	выполнения построений и
				обучающимися 2 группы	перестроений. Участвуют в
				Осваивают и выполняют	подвижной игре по показу и
				ходьбу в умеренном темпе.	инструкции учителя
				Выполняют 3-4 упражнения	
				комплекса. Участвуют в	

				подвижной игре по показу и	
				инструкции учителя	
65	Правила утренней	1	Беседа о правилах личной	Слушают, и отвечают на	Слушают и беседуют
	гигиены и их		гигиены.	вопросы учителя односложно.	предложениями.
	значение для жизни		Освоение бега с сохранением	Удерживают правильное	Удерживают правильное
	человека		правильной осанки.	положение тела во время бега	положение тела во время бега.
			Выполнение	(с помощью учителя, при	Выполняют общеразвивающих
			общеразвивающих	необходимости: пошаговая	упражнений с малыми мячами.
			упражнений с малыми	инструкция учителя,	Играют в подвижную игру после
			мячами.	пооперационный контроль	инструкции и показа учителя
			Подвижная игра с бегом	действий). Выполняют	
				общеразвивающих	
				упражнений с малыми мячами	
				3-4 упражнения. Участвуют в	
				подвижной игре по показу и	
				инструкции учителя	
66	Подвижная игра	1	Выполнение ходьбы со	Выполняют ходьбу,	Выполняют ходьбу по указанию
	«Канатоходец»		сменой положений рук.	ориентируясь на образец	учителя. Размещаются
			Повторение размещения	выполнения учителем и/или	«врассыпную». Участвуют в
			«врассыпную». Повторение	обучающимися 2 группы.	различных видах игр после
			правил игры.	Выполняют упражнения	инструкции и показа учителя
			Удержание равновесия при	наименьшее количество раз.	
			движении, правильное	Размещаются «врассыпную» с	
			передвижение по канату	помощью учителя. Участвуют	
				в различных видах игр по	
				инструкции и по показу	
				учителя, ориентируясь на	
				поэтапный показ отдельных	
				действий (при необходимости,	
				повторный показ,	
				дополнительная	
				индивидуальная инструкция	
				учителя)	
67	Подвижная игра	1	Выполнение построений в	Выполняют упражнения для	Выполняют упражнения для

	«Папачтара»		***************************************	nonnymya mayyya amy wnymya	mannyarya waa amayyamayya
	«Переправа»		шеренгу и колонну.	развития точности движений;	развития пространственно—
			Выполнение ходьбы по	выполняют упражнения для	временной дифференцировки,
			ориентирам, начерченным на	развития пространственно-	ориентируясь на образец
			полу.	временной дифференцировки	выполнения учителем.
			Передвижение прыжками на	по прямому указанию учителя.	Осваивают и используют
			двух ногах на скорость.	Участвуют в игре по	игровые умения
			Подвижная игра	инструкции учителя	
68	Подвижная игра	1	Выполнение бега по прямой	Выполняют бег под контролем	Выполняют бег после
	«Разойдись не		в шеренге. Выполнение	учителя. Выполняют 3-5	инструкции, ориентируясь на
	упади»		общеразвивающих	упражнений. Участвуют в игре	зрительно-пространственные
			упражнений.	по инструкции и по показу	опоры.
			Подвижная игра	учителя, ориентируясь на	Участвуют в различных видах
			-	поэтапный показ отдельных	игр после инструкции и показа
				действий (при необходимости,	учителя
				повторный показ,	-
				дополнительная	
				индивидуальная инструкция	
				учителя)	
69	Подвижная игра	1	Выполнение бега по прямой	Выполняют бег под контролем	Выполняют бег по инструкции.
	«Стоп»		в шеренге. Выполнение	учителя.	Выполняют комплекс
			общеразвивающих	Выполняют 3-5 упражнений.	упражнений по показу.
			упражнений.	Выполняют упражнения с	Выполняют упражнения после
			Быстрое реагирование на	мячом по инструкции и по	инструкции и показа учителя
			сигнал, взаимодействие с	показу учителя, ориентируясь	
			одноклассниками, свободное	на поэтапный показ отдельных	
			ориентирование в	действий и операций в	
			пространстве	последовательности их	
				выполнения, под	
				пооперационным (пошаговым)	
			1	, (=)	
1				контролем учителя (при	
				контролем учителя (при необходимости)	
70	Подвижная игра «	1	Ходьба с хлопками.	необходимости)	Выполняют ходьбу по показу
70	Подвижная игра « Ловушки»	1	Ходьба с хлопками. Выполнение упражнений с		Выполняют ходьбу по показу учителя.

		Подвижная игра на взаимодействие в команде, нахождение себе пар	Выполняют 3-4 упражнения с мячом. Участвуют в подвижной игре	инструкции учителя. Играют в подвижную игру после инструкции
		_	по показу учителя	
71	Подвижная игра «Перемени предмет»	Выполнение бега в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Беседа о значении утренней зарядки. Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений типа зарядки. Подвижная игра на внимание	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Отвечают на вопросы односложно. Выполняют построение в круг с помощью учителя. Перепрыгивают через начерченную линию, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Участвуют в игре по инструкции	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Отвечают на вопросы целым предложением. Выполняют построение в круг и комплекс утренней зарядки по инструкции учителя. Перепрыгивают через начерченную линию после инструкции и показа учителя
72	Подвижная игра 1 «Жмурки»	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 на ориентирование в пространстве	Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя. Выполнение упражнений наименьшее количество раз. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя. Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя. Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя
73	Подвижная игра 1 «Горелки»	Выполнение ходьбы со сменой положений рук. Повторение размещения «врассыпную». Ознакомление с правилами игры. Разучивание	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения наименьшее количество раз.	Выполняют ходьбу по указанию учителя. Размещаются «врассыпную». Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя

			речитатива.	Размещаются «врассыпную» с	
			Подвижная игра с бегом	помощью учителя. Участвуют	
			, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	в различных видах игр по	
				инструкции и по показу	
				учителя, ориентируясь на	
				поэтапный показ отдельных	
				действий (при необходимости,	
				повторный показ,	
				дополнительная	
				индивидуальная инструкция	
				учителя)	
74	Подвижная игра	1	Выполнение построений в	Выполняют упражнения для	Выполняют упражнения для
	«Два мороза»		шеренгу и колонну.	развития точности движений;	развития пространственно-
			Выполнение ходьбы по	выполняют упражнения для	временной дифференцировки,
			ориентирам, начерченным на	развития пространственно-	ориентируясь на образец
			полу.	временной дифференцировки	выполнения учителем.
			Ознакомление с правилами	по прямому указанию учителя.	Осваивают и используют
			игры. Разучивание слов	Участвуют в игре по	игровые умения
			речитатива.	инструкции учителя	
			Подвижная игра		
75	Подвижная игра	1	Выполнение ходьбы со	Выполняют ходьбу	Выполняют ходьбу ориентируясь
	«Краски»		сменой положений рук.	ориентируясь на образец	на образец выполнения
			Ознакомление с	выполнения учителем и/или	учителем. Выполняют
			упражнениями для развития	обучающимися 2 группы.	упражнения по словесной
			мышц кистей рук и пальцев	Выполняют 3-4 упражнения.	инструкции и показу.
			Подвижная игра	Участвуют в подвижной игре	Осваивают и используют
				по показу учителя	игровые умения
76	Подвижная игра	1	Выполнение бега в	Выполняют бег в чередовании	Выполняют бег в чередовании с
	«Хитрая лиса»		чередовании с ходьбой в	с ходьбой в колонне по одному	ходьбой в колонне по одному.
			колонне по одному.	под контролем педагога.	Выполняют построение в круг и
			Построение в круг и	Выполняют построение в круг	комплекс утренней зарядки по
			выполнение	с помощью учителя.	инструкции учителя.
			общеразвивающих	Выполняют коррегирующие	Выполняют коррегирующие
			упражнений Разучивание	упражнения после	упражнения без предметов после

77	Подвижная игра «	1	слов речитатива. Быстрое реагирование на сигнал, быстрое преодоление отрезков на скорость в подвижной игре Выполнение обыкновенной	неоднократного показа по прямому указанию учителя. Участвуют в игре по инструкции учителя Выполняют ходьбу,	показа учителя. Играют в подвижную игру после инструкции Выполняют ходьбу по
	Коршун и наседка»	1	ходьбы в чередовании с ходьбой по линии, обозначенной на полу, сохраняя равновесие. Выполнение упражнений на осанку. Подвижная игра	ориентируясь на образец выполнения. Выполняют 3-4 упражнения. Участвуют в игре по инструкции учителя	инструкции учителя. Выполняют упражнения по словесной инструкции и показу. Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя
78	Подвижная игра «Перемена мест»	1	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 на ориентирование в пространстве	Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя. Выполнение упражнений наименьшее количество раз. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя. Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя. Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя
79	Подвижная игра «Не оставайся на полу»	1	Выполнение бега по залу врассыпную, запрыгивание на кубы, скамейки без помощи рук, спрыгивание с них легко на носки, полусогнутые ноги, выполнение действий по сигналу	Осваивают и используют игровые умения	Осваивают и используют игровые умения
80	Подвижная игра «Стой»	1	Повторение счета до 5. Выполнение упражнений в бросках и ловле	Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на	Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя

			волейбольного мяча, после броска товарища, быстрое реагирование на сигнал водящего	поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя)	
81	Коррекционная подвижная игра «Совушка»	1	Выполнение ходьбы со сменой положений рук. Повторение упражнений для развития мышц кистей рук и пальцев Ориентирование в пространстве. Подвижная игра	Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя. Выполнение упражнений наименьшее количество раз. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя. Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя. Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя
82	Коррекционная подвижная игра «Фигуры»	1	Выполнение ходьбы со сменой положений рук. Повторение размещения «врассыпную». Ознакомление с правилами игры. Подвижная игра	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения наименьшее количество раз. Размещаются «врассыпную» с помощью учителя. Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя	Выполняют ходьбу по указанию учителя. Размещаются «врассыпную». Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя
83	Коррекционная подвижная игра «Проползи не урони»	1	Выполнение обыкновенной ходьбы в чередовании с ходьбой по линии, обозначенной на полу, сохраняя равновесие. Выполнение упражнений на осанку. Ползание изученным способом. Подвижная игра с бросанием и ловлей	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения. Выполняют ползание по гимнастический скамейке на четвереньках с помощью учителя. Бросают и ловят волейбольные мячи по прямому указанию учителя	Выполняют ходьбу по инструкции учителя. Выполняют проползание на четвереньках в медленном темпе (самостоятельно). Осваивают и используют игровые умения

84	Коррекционная подвижная игра «Крокодил»	1	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 взаимодействие в коллективе	Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя. Выполнение упражнений наименьшее количество раз. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя. Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя. Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя
85	Коррекционная подвижная игра «Перелет птиц»	1	Взбираниена предметы приподнятые над полом (землей), выполнение лазания по гимнастической стенке	Осваивают и используют игровые умения с помощью учителя	Осваивают и используют игровые умения по инструкции
86	Коррекционная подвижная игра «Охотники и зайцы»	1	Выполнение бега в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений. Выполнение метания в подвижную цель, перелазание (перепрыгивание) через препятствие	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Выполняют упражнения наименьшее количество раз. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя. Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя
87	Коррекционная подвижная игра «Волк во рву»	1	Выполнение действий согласно правилам игры, перепрыгивание через препятствие	Осваивают и используют игровые умения	Осваивают и используют игровые умения
88	Коррекционная подвижная игра	1	Выполнение бега в чередовании с ходьбой в	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному.

	«Кто самый		колонне по одному.	под контролем педагога.	Выполняют упражнения по
	меткий»		Построение в круг и	Выполняют упражнения	инструкции и показу учителя.
			выполнение	наименьшее количество раз.	Выполняют упражнения после
			общеразвивающих	Выполняют упражнения с	инструкции и показа учителя
			упражнений.	мячом по инструкции и по	
			Выполнение действий	показу учителя, ориентируясь	
			согласно правилам игры,	на поэтапный показ отдельных	
			метание в цель	действий	
89	Коррекционная	1	Выполнение ходьбы со	Выполняют ходьбу,	Выполняют ходьбу по показу.
	подвижная игра		сменой положений рук.	ориентируясь на образец	Осваивают и используют
	«Лягушка и цапля»		Повторение правил игры.	выполнения учителем и/или	игровые умения
			Удержание равновесия при	обучающимися 2 группы.	
			движении	Осваивают и используют	
				игровые умения	
90	Коррекционная	1	Выполнение ходьбы в	Выполняют ходьбу в колонне,	Выполняют ходьбу в колонне по
	подвижная игра		колонне по одному с	ориентируясь на образец	одному с различными заданиями
	«Кто дальше		различными заданиями для	выполнения учителем и/или	для рук по показу учителя.
	бросит»		рук. Построение в круг.	обучающимися 2 группы.	Выполняют построение в круг и
			Выполнение комплекса	Выполняют построение в круг	комплекс утренней зарядки по
91	Коррекционная	1	утренней гимнастики.	с помощью учителя.	инструкции учителя.
	подвижная игра		Правильное удержание	Участвуют в различных видах	Участвуют в различных видах
	«Кто дальше		предмета, бросание предмета	игр по инструкции и по показу	игр после инструкции и показа
	бросит»		вдаль правой и левой рукой,	учителя, ориентируясь на	учителя
			двумя руками	поэтапный показ отдельных	
				действий (при необходимости,	
				повторный показ,	
				дополнительная	
				индивидуальная инструкция	
0.0	YC.	1		учителя)	
92	Коррекционная	1	Выполнение бега в	Выполняют бег в чередовании	Выполняют бег в чередовании с
	подвижная игра		чередовании с ходьбой в	с ходьбой в колонне по одному	ходьбой в колонне по одному.
0.0	«Через ручей»		колонне по одному.	под контролем педагога.	Отвечают на вопросы целым
93	Коррекционная	1	Беседа о значении утренней	Отвечают на вопросы	предложением.
	подвижная игра		зарядки. Построение в круг и	односложно.	Выполняют построение в круг и

	«Через ручей»		выполнение общеразвивающих упражнений типа зарядки. Перепрыгивание через ручеёк, отталкиваясь двумя ногами и мягко приземляясь, сгибая колени	Выполняют построение в круг с помощью учителя. Осваивают и используют игровые умения	комплекс утренней зарядки по инструкции учителя. Осваивают и используют игровые умения
94	Коррекционная подвижная игра «Пингвины»	1	Выполнение бега по прямой в шеренге. Выполнение общеразвивающих упражнений. Выполнение прыжков до зрительного ориентира на двух ногах с мячом, зажатым между колен, стараясь не потерять мяч, приземляясь на обе ноги	Выполняют упражнения с мячом по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий и операций в последовательности их выполнения, под пооперационным (пошаговым) контролем учителя (при необходимости)	Выполняют упражнения после инструкции и показа учителя
95	Ходьба в колонне по одному по кругу. Ходьба с различными положениями рук	1	Выполнение ходьбы с сохранением правильной осанки, в затылок друг другу и осуществление зрительного контроля за дистанцией. Выполнение ходьбы с различными положениями рук	Выполняют ходьбу в колонне по одному по кругу зала, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы.	Выполняют ходьбу в колонне по одному в обход зала за учителем
96	Бег правым, левым боком вперед	1	Выполнение ходьбы со сменой положения рук. Сохранение положения правильной осанки во время выполнения бега. Выполнение упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп.	Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя. Выполняют упражнения на точность движения ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Участвуют в	Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя. Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя. Удерживают правильное положение тела во время ходьбы и бега. Играют в подвижную

			п	U	
			Подвижная игра с прыжками	подвижной игре по показу и	игру по показу и инструкции
				инструкции учителя	учителя
97	Толчком двух ног	1	Освоение прыжков вверх	Выполняют прыжки после	Выполняют прыжки после
	прыжок вверх,		толчком двух ног.	инструкции и неоднократного	инструкции и показа учителя.
	доставая предмет		Выполнение упражнений для	показа учителя.	Выполнение упражнений для
			укрепления мышц ног.	Выполнение упражнений для	укрепления мышц ног по показу
			Подвижная игра с	укрепления мышц ног с	учителя.
			элементами лазания	наименьшим количеством раз.	Играют в подвижную игру после
				Подпрыгивают вверх,	инструкции и показа учителя
				ориентируясь на образец	
				выполнения учителем и/или	
				обучающимися 2 группы.	
				Участвуют в подвижной игре	
98	Прыжок в глубину с	1	Освоение мягкого	Выполняют прыжок в глубину	Выполняют прыжки после
	гимнастической		приземления после прыжка.	с гимнастической скамейки,	инструкции и показа учителя;
	скамейки		Выполнение упражнений для	ориентируясь на образец	удерживают правильное
			укрепления мышц ног.	выполнения учителем и/или	положение тела в процессе
			Подвижная игра с метанием	обучающимися 2 группы.	выполнения прыжков.
			•	Осваивают и используют	Осваивают и используют
				игровые умения	игровые умения
99	Метание малого	1	Выполнение бега по прямой	Выполняют бег под контролем	Выполняют бег после
	мяча с места в цель		в шеренге. Выполнение	учителя. Выполняют 3-5	инструкции, ориентируясь на
			общеразвивающих	упражнений. Выполняют	зрительно-пространственные
			упражнений.	различные виды метания	опоры.
			Ознакомление с названием	малых мячей после	Выполняют захват и удержание
			мяча для метания.	инструкции и неоднократного	различных предметов для
			Освоение произвольного	показа учителя.	выполнения метания после
			метания малого мяча.	Участвуют в подвижной игре	инструкции и показа учителя.
			Игры с элементами	по показу и инструкции	Играют в подвижную игру после
			общеразвивающих	учителя	инструкции учителя
			упражнений		

2 класс

		-B0		Дифференциация вид	Дифференциация видов деятельности					
Nº	Тема предмета	Кол-во часов	Программное содержание	Минимальный уровень	Достаточный уровень					
	Легкая атлетика– 17 часов									
1	Правила поведения на уроках физической культуры (техника безопасности)	1	Тренировочные упражнения в быстром переодевании и аккуратном складывании одежды. Построение парами. Передвижение парами в спортивный зал. Беседа о правилах поведения на уроках физкультуры. Разучивание подвижной игры с элементами общеразвивающих упражнений	Переодевают и складывают форму с помощью учителя. Выполняют общее построение под контролем учителя. Передвигаются к месту занятий. Слушают объяснение и рассматривают помещение и оборудование спортивного зала (с помощью учителя). Слушают инструктаж и зрительно воспринимают образец поведения на уроках физической культуры (техника безопасности). Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Самостоятельно готовятся к уроку. Выполняют построение в колонну по указанию учителя. Передвигаются в колонне за учителем. Слушают объяснение и рассматривают помещение и оборудование спортивного зала; слушают инструктаж и зрительно воспринимают образец поведения на уроках физической культуры (техника безопасности). Играют в подвижную игру по инструкции учителя					
2	Форма одежды на уроке физической культуры и личная гигиена. Ходьба в колонне.	1	Построение в шеренгу по росту. Беседа о форме одежды на уроках физической культуры и личной гигиене. Передвижение, исполнение команд в колонне сохраняя дистанцию и равнение в затылок. Знакомство с бегом в	Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Выполняют построение с помощью педагога. Отвечают на вопросы односложно. Передвигаются в колонне бегом в чередовании с ходьбой по указанию учителя. Участвуют в подвижной игре по	Самостоятельно готовятся к уроку физической культуры (одевают и убирают физкультурную форму). Отвечают на вопросы целыми предложениями. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, колонну, круг, осваивают строевые действия в шеренге					

			чередовании с ходьбой. Подвижная игра на внимание	инструкции учителя	и колонне. Осваивают правила игры
3	Ходьба с изменением скорости	1	Построение в шеренгу. Выполнение поворотов на месте налево и направо переступанием. Выполнение ритмичной ходьбы с сохранение заданного темпа ходьбы. Выполнение общеразвивающих упражнений. Подвижная игра с бегом	Выполняют простые виды построений, осваивают на доступном уровне строевые действия в шеренге и колонне (с помощью учителя). Выполняют 4-5 упражнений. Выполняют ходьбу с изменением скорости. Участвуют в подвижной игре по инструкции и показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий	Выполняют построения и перестроения в шеренгу, колонну, осваивают действия в шеренге и колонне. Выполняют ходьбу с изменением скорости. Выполняют комплекс упражнений. Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя
4	Бег в колонне по прямой и со сменой направлений по ориентирам	1	Построение в шеренгу. Подвижная игра с элементами перестроений. Выполнение бега с высоким поднимание бедра, сохраняя дистанцию и правильную осанку. Выполнение комплекса упражнений типа зарядки. Подвижная игра с элементами общеразвивающих упражнений	Выполняют простые команды по сигналу учителя с одновременным показом способа выполнения построения и перестроения. Осваивают бег в колонне по прямой и со сменой направлений по ориентирам. Выполняют комплекс упражнений наименьшее количество раз Участвую в подвижной игре после инструкции и показа учителя	Выполняют команды по построению и перестроению по сигналу учителя (при необходимости ориентируются на образец). Осваивают бег в колонне по прямой и со сменой направлений по ориентирам. Выполняют комплекс упражнений. Участвуют в различных видах игр показа учителя
5	Прыжки на одной ноге на месте, с продвижением вперед, в стороны	1	Знакомство с общеразвивающими упражнениями с малыми мячами. Ориентирование в	Выполняют общеразвивающие упражнения наименьшее количество раз. Ориентируются в направлении движений с помощью педагога.	Выполняют общеразвивающие упражнения после инструкции и по показу педагога.
			направлении движений.	Прыгают на двух ногах с	Выполняют прыжки в

6	Быстрый бег на скорость 20-30 м	1	Выполнение несколько подпрыгиваний подряд в заданном направлении. Подвижная игра с метанием Выполнение построения в шеренгу. Освоение общеразвивающих упражнений. Выполнение прямолинейного бега. Закрепление правил техники безопасности во время выполнения упражнений в паре. Знакомство с подвижной игрой с элементами общеразвивающих упражнений	продвижением вперед. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя Выполняют построение в шеренгу (с помощью учителя). Осваивают быстрый бег, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	заданном направлении, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Играют в подвижную игру по инструкции учителя Выполняют построение в шеренгу по сигналу учителя. Выполняют бег по прямой. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений после показа учителем. Играют в подвижную игру после инструкции и показа учителя
7	Прыжки в высоту	1	Выполнение различных видов ходьбы в колонне. Выполнение общеразвивающих упражнений с флажками. Знакомство с переноской гимнастических матов. Выполнение прыжка в высоту. Подвижная игра с метанием	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). Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	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
8	Ускорения до 30 м	1	Выполнение ходьбы с различными положениями	Выполняют ходьбу с различными положениями рук, ориентируясь	Выполняют ходьбу с различными положениями

9	Медленный бег до 1-2 мин	1	рук. Перестроение в круг. Выполнение упражнений для укрепления мышц голеностопных суставов и стоп. Выполнение ускорений на дистанции 30 м Подвижная игра с прыжками Выполнение ходьбы с хлопками. Выполнение равномерного бега по длинной дистанции. Выполнение упражнений с флажками. Выполнение прыжка в высоту. Подвижная игра с метанием	на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Осваивают построение в круг с помощью учителя. Выполняют 3-4 упражнения. Выполняют бег на скорость по прямому указанию учителя. Участвуют в подвижной игре по показу учителя Осваивают и выполняют ходьбу удерживают правильное положение тела во время бега (с помощью учителя, при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий). Выполняют комплекс упражнений с флажками наименьшее количество раз. Осваивают и используют игровые умения	рук по показу учителя. Выполняют построение в круг. Выполняют упражнения на укрепление мышц ног. Выполняют бег на скорость. Играют в подвижную игру после инструкции и показа учителя Выполняют ходьбу по сигналу учителя. Выполняют медленный бег в колонне. Выполняют комплекс упражнений с флажками по показу учителя. Выполняют прыжки после инструкции и показа учителя. Играют в подвижную игру после инструкции и показа учителя
10	Бег с преодолением простейших препятствий	1	Выполнение построений в шеренгу, в колонну по одному. Выполнение упражнений на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища. Освоение бега с препятствиями. Коррекционная игра на	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	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительнопространственные опоры. Выполняют упражнения на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища. Чередуют ходьбу с бегом,

			развитие точности движений	и движения рук, ног, головы, туловища с наименьшим количеством раз. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	сохраняя темп, дистанцию во время движения, удерживая правильную осанку во время ходьбы. Играют в подвижную игру после инструкции
11	Челночный бег 3x10 м, тестирование	1	Построение в две колонны. Знакомство с челночным бегом. Выполнение упражнений для укрепления мышц ног. Подвижная игра с элементами лазания	Выполняют медленный бег за наиболее физически развитым обучающимся из 2 группы, ориентируясь на его пример (образец). Осваивают упражнения с флажками, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Выполняют бег в колонне в заданном направлении, сохранение дистанции, равнение в затылок. Выполняют упражнения с флажками по показу учителя. Играют в подвижную игру после инструкции
12	Прыжок в глубину	1	Подвижная игра с элементами перестроений. Выполнение бега в чередовании с ходьбой. Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений. Выполнение прыжка в глубину. Подвижная игра с бросками и ловлей	Участвуют в подвижной игре. Выполняют бег в чередовании с ходьбой под контролем учителя. Выполняют 4-5 упражнений комплекса. Выполняют прыжки после инструкции и неоднократного показа учителя. Осваивают и используют игровые умения	Играют в подвижную игру. Выполняют бег в чередовании с ходьбой. Выполняют прыжок в глубину после инструкции и показа учителя. Осваивают и используют игровые умения
13	Прыжок с 3-5 беговых шагов в длину с	1	Выполнение бега в чередовании с ходьбой.	Выполняют бег в чередовании с ходьбой.	Выполняют бег в чередовании с ходьбой.
14	разбега Прыжок с 3-5 беговых шагов в длину с разбега	1	Выполнение общеразвивающих упражнений с малыми мячами. Выполнение произвольного метания	Выполняют упражнения с мячом после неоднократного показа и по прямому указанию учителя. Произвольно метают мяч после инструкции и неоднократного	Выполняют упражнения с мячом после показа учителя. Произвольно метают мяч после инструкции учителя. Участвуют в коррекционной

			малого мяча. Выполнение прыжка в длину с разбега. Коррекционная подвижная игра	показа учителя. Участвуют в коррекционной игре	игре
15	Метание большого мяча двумя руками из- за головы.	1	Выполнение бега по коридорчику. Принятие правильного положение во время метания, выполнение метания большого мяча способом изза головы. Подвижная игра с бегом	Выполняют бег по коридорчику с помощью 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 метание большого мяча двумя руками из-за головы после инструкции учителя. Участвуют в игре после инструкции учителя
16	Чередование бега и ходьбы по сигналу	1	Выполнение построений в шеренгу, в колонну по одному. Освоение бега в медленном темпе, чередование ходьбы и бега. Выполнение упражнений на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища. 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 зрительнопространственные 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
17	Прыжки в высоту с шага	1	Выполнение различных видов ходьбы в колонне. Выполнение общеразвивающих упражнений с флажками.	Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем своде стопы. Выполняют 5-6 упражнений с флажками. Выполняют прыжки после	Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы. Выполняют комплекс

			Знакомство с переноской гимнастических матов. Выполнение прыжка в высоту. Подвижная игра с метанием	инструкции и неоднократного показа учителем (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий). Участвуют в подвижной игре по	упражнений с флажками. Выполняют прыжки после инструкции и показа учителя. Играют в подвижную игру после инструкции и показа учителя
			Гирически	показу и инструкции учителя	
18	Значение физических	1	Беседа о значении	са – 23 часа Просматривают видеоматериал по	Просматривают
16	упражнений для здоровья человека	1	физических упражнений. Выполнение строевых действий, ориентирование в пространстве. Коррекционная игра	теоретическим вопросам адаптивной физической культуры. Отвечают на вопросы односложно. Слушают объяснение (инструкцию) учителя с фиксацией на этапах выполнения упражнения на ориентировку в пространстве	видеоматривают 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	Правила поведения на уроках гимнастики	1	Подвижная игра с элементами построений. Беседа о правилах поведения и предупреждения травматизма во время занятий. Знакомство с метание малого мяча в цель. Подвижная игра с элементами лазания	Участвуют в подвижной игре с элементами построений. Слушают инструктаж и зрительно воспринимает образец поведения на уроках физической культуры (техника безопасности). Осваивают метание мяча в цель по показу и прямому указанию учителя. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру после инструкции учителя. Слушают инструктаж и зрительно воспринимает образец поведения на уроках физической культуры (техника безопасности). Метают мяч в цель по показу и прямому указанию учителя
20	Перестроение из шеренги в круг	1	Выполнение простейших перестроений. Бег с изменением	Выполняют упражнение по показу учителя. Выполняют комплекс наименьшее	Выполняют упражнение по сигналу/ команде учителя, ориентируюсь на зрительно-

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

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

	четвереньках в		ходьбы в чередовании с	на образец выполнения.	инструкции учителя.
	медленном темпе по		ходьбой по линии,	Выполняют ползание по	Выполняют проползание на
	горизонтальной		обозначенной на полу,	гимнастический скамейке на	четвереньках в медленном
	гимнастической		сохраняя равновесие.	четвереньках с помощью учителя.	темпе по горизонтальной
	скамейке		Выполнение упражнений на	Бросают и ловят волейбольные	скамейке
			осанку. Выполнение упора	мячи по прямому указанию	(самостоятельно)
			на коленях и на	учителя	Играют в подвижную игру
			четвереньках, правильное		по показу и инструкции
			удержание за скамейку.		учителя
			Подвижная игра с бросанием		
			и ловлей		
26	Упражнения с	1	Выполнение построений в	Выполняют упражнения с	Выполняют упражнения с
	гимнастическими		шеренгу и колонну.	предметом, ориентируясь на	предметом, ориентируясь на
	палками		Выполнение бега в	образец выполнения учителем	образец выполнения
			чередовании с ходьбой.	(или на образец правильного	учителем.
			Выполнение комплекса	выполнения обучающихся 2	Осваивают и используют
			упражнений с	группы).	игровые умения
			гимнастической палкой.	Участвуют в игре по инструкции	
			Подвижная игра с бросками	учителя	
			и ловлей		
27	Упражнения для	1	Выполнение построений в	Фиксируют внимание и	Выполняют построение в
	расслабления мыщц		шеренгу, в колонну по	воспринимают расположение	шеренгу, в колонну по
			одному.	зрительных пространственных	команде учителя.
			Чередование ходьбы и бега.	опор- ориентиров для выполнения	Выполняют упражнения для
			Выполнение упражнений для	построений и перестроений.	расслабления мышц.
			расслабления мышц.	Выполняют бег и ходьбу,	Чередуют ходьбу с бегом,
			Коррекционная игра на	ориентируясь на образец	сохраняя темп, дистанцию во
			развитие точности движений	выполнения учителем и/или	время движения, удерживая
				обучающимися 2 группы.	правильную осанку во время
				Выполняют упражнения для	ходьбы.
				расслабления мышц. Участвуют в	Играют в подвижную игру
				подвижной игре по показу и	после инструкции
				инструкции учителя	
28	Тренировка дыхания	1	Выполнение бега в	Выполняют бег в чередовании с	Выполняют бег в

			чередовании с ходьбой в колонне по одному. Выполнение тренировочных упражнений на дыхание во время ходьбы, бега, проговаривание звуков на выдохе. Подвижная игра с прыжками	ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Получают элементарные сведения о правилах дыхания во время ходьбы и бега. Выполняют коррегирующие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя. Участвуют в игре по инструкции учителя.	чередовании с ходьбой в колонне по одному. Получают элементарные сведения о правилах дыхания во время ходьбы и бега. Выполняют коррегирующие упражнения без предметов после показа учителя. Играют в подвижную игру после инструкции.
29	Ходьба по линии на носках, на пятках с различными положениями рук	1	Выполнение комплекса упражнений в движении. Выполнение упражнений на сохранение равновесия в ходьбе. Выполнение лазания по гимнастической стенке. Подвижная игра с прыжками и бегом.	Выполняют комплекс упражнений наименьшее количество раз. Выполняют ходьбу по линии на носках, на пятках с различными положениями рук по показу учителя. Выполняют лазание на небольшую высоту. Участвуют в игре по инструкции учителя.	Выполняют комплекс упражнений по показу учителя. Выполняют ходьбу по линии на носках, на пятках с различными положениями рук. Выполняют лазание. Участвуют в игре по инструкции учителя.
30	Упражнения для развития пространственно-дифференцировки.	1	Ориентирование в пространстве при выполнении перестроений и построений по ориентирам. Подвижная игра с метанием и ловлей	Выполняют комплекс упражнений, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Осваивают и используют игровые умения	Выполняют комплекс упражнений по инструкции и показу учителя. Осваивают и используют игровые умения
31	Упражнения для развития точности движений	1	Выполнение построений в шеренгу и колонну. Выполнение ходьбы по ориентирам, начерченным на полу. Прыжок в длину с места толчком двух ног в начерченный ориентир. Подвижная игра с бегом	Выполняют упражнения для развития точности движений; выполняют упражнения для развития пространственно— временной дифференцировки по прямому указанию учителя. Участвуют в игре по инструкции учителя	Выполняют упражнения для развития пространственно— временной дифференцировки, ориентируясь на образец выполнения учителем. Осваивают и используют игровые умения

32	Упражнения для	1	Выполнение ходьбы в	Выполняют ходьбу, ориентируясь	Выполняют ходьбу по
32	укрепления мышц	1	колонне по одному с	на образец выполнения учителем	указанию учителя.
	• •		2	<u>.</u>	7
	туловища		различными заданиями для	и/или обучающимися 2 группы.	Выполняют упражнения на
			рук.	Выполняют упражнения на	укрепление мышц туловища,
			Выполнение комплекса	укрепление мышц туловища по	ориентируясь на образец
			упражнений на укрепление	прямому указанию учителя.	выполнения учителем.
			мышц туловища.	Участвуют в игре по инструкции	Осваивают и используют
			Подвижная игра с прыжками	учителя	игровые умения
33	Подлезание под	1	Выполнение бега в	Выполняют бег в медленном	Выполняют бег в медленном
	препятствием		медленном темпе,	темпе под контролем учителя.	темпе, чередование ходьбы и
	высотой 40-50 см		чередование ходьбы и бега.	Принимают и передают мяч в	бега.
			Построение в круг.	круге, ориентируясь на образец	Выполняют построение в
			Выполнение упражнений для	выполнения учителем и/или	круг по указанию учителя.
			укрепления туловища.	обучающимися 2 группы.	Выполняют перестроение в
			Повторение правильного	Выполняют простые команды по	круг, взявшись за руки.
			исходного положения для	сигналу учителя с одновременным	Выполняют подлезание под
			выполнения подлезания под	показом способа выполнения	препятствием высотой 40-50
			препятствием.	перестроения. Выполняют	см(самостоятельно)
			Коррекционная игра	подлезание под препятствием	Играют в игру после показа
			ore production and pro-	высотой 40-50 см (с помощью	учителем
				учителя, по возможности	
				самостоятельно).	
				Участвуют в коррекционной игре,	
				ориентируясь на поэтапный показ	
				отдельных действий	
34	Перелезание через	1	Выполнение ходьбы со	Выполняют ходьбу со сменой	Выполняют ходьбу со
	препятствие высотой		сменой положения рук.	положения рук под контролем	сменой положения рук по
	40-50 см		Выполнение упражнений для	учителя. Выполняют упражнения	показу учителя.
			укрепления голеностопных	наименьшее количество раз.	Выполняют упражнения по
			суставов и стоп.	Выполняют перелезание через	инструкции и показу
			Выполнение упражнения в	препятствие высотой 40-50 см (с	учителя. Выполняют
			перелезании опираясь на	помощью учителя, по	перелезание через
			предплечья и колени, на	возможности самостоятельно.	препятствие высотой 40-50
			животе.	Участвуют в подвижной игре по	см. Играют в подвижную
					The Parcial Parcial Property is

			Подвижная игра с прыжками	показу и инструкции учителя	игру по показу и инструкции учителя
35	Ходьба по гимнастической скамейке прямо, правым, левым боком с различными положениями рук	1	Выполнение ходьбы с различными движениями рук. Комплекс упражнений на укрепление кистей рук и пальцев. Прохождение по гимнастической скамейке, сохраняя равновесие. Коррекционная игра	Выполняют ходьбу по указанию учителя. Выполняют ходьбу по гимнастической скамейке прямо, правым, левым боком с различными положениями рук, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Выполняют ходьбу по указанию учителя. Выполняют ходьбу по гимнастической скамейке прямо, правым, левым боком с различными положениями рук. Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя
36	Комплекс упражнений с гимнастической скакалкой	1	Выполнение ходьбы с прыжками, доставая рукой ленточки. Выполнение общеразвивающих упражнений в колонне по одному в движении. Выполнение упражнений со скакалкой: удержание, складывание, завязывание скакалки. Выполнение прыжков через скакалку	Выполняют ходьбу по указанию учителя. Выполняют упражнения в движении наименьшее количество раз. Выполняют коррегирующие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя. Выполняют доступные упражнения со скакалкой	Выполняют ходьбу по указанию учителя. Выполняют упражнения в движении по показу учителя. Выполняют коррегирующие упражнения с предметом после показа учителя. Выполняют упражнения со скакалкой

37	Упражнения для	1	Выполнение ходьбы по	Выполняют упражнения на	Выполняют коррегирующие
	формирования	1	канату. Выполнение ходьбы	формирование правильной осанки,	упражнения после показа
	правильной осанки		с различными положениями	ориентируясь на образец	учителем.
	привильной осинки		рук за учителем и за	выполнения учителем (или на	Выполняют упражнения с
			направляющим сохраняя	образец правильного выполнения	малыми мячами после показа
			правильную осанку	обучающихся 2 группы).	учителем.
			Выполнение	Выполняют упражнения с малыми	Играют в подвижную игру
			общеразвивающих	мячами наименьшее количество	по показу и инструкции
			упражнений с малыми	раз. Участвуют в подвижной игре	учителя
			упражнении с малыми мячами. Подвижная игра с	=	учителя
			мячами. Подвижная игра с бегом	по показу и инструкции учителя	
38	Vanovevovva	1	Выполнение бега в	Drygon for a voneyeneyey	Выполняют бег в
30	Упражнения с	1		Выполняют бег в чередовании с	
	малыми мячами		чередовании с ходьбой.	ходьбой под контролем учителя.	чередовании с ходьбой.
			Выполнение упражнений с	Выполняют упражнения с малыми	Выполняют упражнения с
			малыми мячами:	мячами по прямому указанию	малыми мячами,
			перекладывание,	учителя. Участвуют в подвижной	ориентируясь на образец
			подбрасывание,	игре по показу и инструкции	выполнения учителем.
			перебрасывание мяча,	учителя	Играют в подвижную игру
			бросание в пол, в стену и		по показу и инструкции
			ловля его. Подвижная игра с		учителя
			элементами		
			общеразвивающих		
			упражнений		
39	Стойка на одной	1	Выполнение построений в	Фиксируют внимание и	Выполняют построение в
	ноге, другая согнута		шеренгу, в колонну по	воспринимают расположение	шеренгу, в колонну по
	вперед, руки в		одному.	зрительных пространственных	команде учителя,
	различных исходных		Освоение бега в медленном	опор- ориентиров для выполнения	ориентируясь на зрительно-
	положениях		темпе, чередование ходьбы и	построений и перестроений.	пространственные опоры.
			бега.	Выполняют бег и ходьбу,	Выполняют упражнения на
			Выполнение упражнений на	ориентируясь на образец	основные положения и
			основные положения и	выполнения учителем и/или	движения рук, ног, головы,
			движения рук, ног, головы,	обучающимися 2 группы.	туловища. Чередуют ходьбу
			туловища.	Выполняют основные положения	с бегом, сохраняя темп,
			Удержание равновесия во	и движения рук, ног, головы,	дистанцию во время

	1		T		
			время выполнения	туловища с наименьшим	движения, удерживая
			упражнения.	количеством раз.	правильную осанку во время
			Коррекционная игра на	Выполняют упражнения на	ходьбы. Выполняют
			развитие точности движений	равновесие с помощью учителя.	упражнения на равновесие
				Участвуют в подвижной игре по	по показу учителя.
				показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру после инструкции
40	Упражнения с	1	Выполнение бега в	Выполняют бег в чередовании с	Выполняют бег в
	большим мячом		чередовании с ходьбой.	ходьбой под контролем учителя.	чередовании с ходьбой.
			Выполнение упражнений с	Выполняют упражнения с	Выполняют упражнения с
			большим мячом:	большим мячом по прямому	большим мячом,
			перекладывание,	указанию учителя. Участвуют в	ориентируясь на образец
			подбрасывание,	подвижной игре по показу и	выполнения учителем.
			перебрасывание мяча,	инструкции учителя	Играют в подвижную игру
			бросание в пол, в стену и		по показу и инструкции
			ловля его. Подвижная игра с		учителя
			прыжками		
			1 1	4 часа	
41	Игры с элементами	1	Выполнение ходьбы со	Выполняют ходьбу со сменой	Выполняют ходьбу со
	корригирующих		сменой положения рук.	положения рук под контролем	сменой положения рук по
	упражнений:		Выполнение упражнений для	учителя. Выполняют упражнения	показу учителя.
	«Ловишка, бери		укрепления голеностопных	наименьшее количество раз.	Выполняют упражнения по
	ленту», «Салки»		суставов и стоп.	Участвуют в различных видах игр	инструкции и показу
	3 7		Выполнение игровых	по инструкции и по показу	учителя. Участвуют в
			упражнений в беге в	учителя, ориентируясь на	различных видах игр после
42	Игры с элементами	1	различных направлениях, на	поэтапный показ отдельных	инструкции и показа учителя
	корригирующих		скорость не наталкиваясь,	действий (при необходимости,	
	упражнений:		друг на друга, действие по	повторный показ, дополнительная	
	«Ловишка, бери		сигналу и согласно правилам	индивидуальная инструкция	
	ленту», «Салки»		игры	учителя)	
43	Игры на развитие	1	Ходьба с хлопками.	Выполняют ходьбу, ориентируясь	Выполняют ходьбу по показу
	внимания, памяти,	-	Выполнение упражнений с	на образец выполнения учителем.	учителя.
	точности движений:		волейбольным мячом.	Выполняют 5-6 упражнения с	Выполняют упражнения по
	«Школа мяча»,		Выполнение игровых	мячом.	инструкции учителя.
	\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\		DEMOVIMENTO IN PODDIA	1111 10111,	morpykum j miom.

44	«Сбей кеглю» Игры на развитие внимания, памяти, точности движений:		заданий в бросках и ловле мяча из разных положений, двумя руками, правой и левой рукой	Осваивают и используют игровые умения	Осваивают и используют игровые умения
	«Школа мяча», «Сбей кеглю»				
			Лыжная подгот	говка – 18 часов	
45	Одежда и обувь для занятий лыжной подготовкой, техника безопасности на лыжне	1	Беседа об этапах подготовки к занятию лыжами: одежда и обувь, основные требования к технике безопасности. Тренировочные упражнения по подбору и одеванию одежды и обуви для занятий. Подвижная игра с бегом	Рассматривают одежду и обувь лыжника, лыжный инвентарь. Отвечают на вопросы односложно. Одевают самостоятельно или с помощью педагога форму для занятий лыжной подготовкой. Участвуют в подвижной игре по инструкции учителя	Самостоятельно готовятся к уроку физической культуры. Отвечают на вопросы целыми предложениями. Осваивают и используют игровые умения
46	Подготовка инвентаря для занятий лыжами	1	Тренировочные упражнение в одевании и закреплении креплений.	Одевают самостоятельно или с помощью педагога форму для занятий лыжной подготовкой,	Самостоятельно готовятся к уроку физической культуры, подбирают лыжи и палки,
47	Подготовка инвентаря для занятий лыжами	1	Выполнение построений с лыжами в шеренгу. Передвижение с лыжами в колонну по одному с соблюдением техники безопасности. Передвижение ступающим шагом	подбирают лыжи и палки с помощью учителя, передвигаются к месту занятий	передвигаются к месту занятий. Выполняют передвижение ступающим шагом
48	Построение в шеренгу по одному с лыжами в руках	1	Определение свое место в строю, построение в шеренгу, выполнение команд с лыжами в руках. Передвижение ступающим шагом	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. Передвигаются ступающим шагом по лыжне
49	Построение в шеренгу на лыжах	1	Выполнение построений в шеренгу на лыжах. Передвижение ступающим шагом	Выполняют строевые действия с лыжами по сигналу учителя, передвигаются к месту занятий под контролем учителя. Выполняют строевые команды по сигналу учителя	Выполняют строевые действия по сигналу учителя, передвигаются к месту занятий, соблюдая технику безопасности при передвижении в колонне с лыжами. Выполняют строевые команды по сигналу учителя. Передвигаются ступающим шагом по лыжне
50	Выполнение команд с лыжами в руках	1	Выполнение построений с лыжами в руках. Тренировочные упражнения на закрепление выполнения команд: «Становись!», «Равняйсь!», «Смирно!», «Вольно!» Передвижение ступающим шагом	Выполняют строевые команды с лыжами в руках по сигналу учителя.	Выполняют строевые команды с лыжами в руках по сигналу учителя. Выполняют передвижение ступающим шагом
51	Выполнение команд на лыжах	1	Выполнение построений с лыжами в руках. Выполнение команд: «В колонну по одному на лыжах без палок, марш!» Передвижение ступающим шагом	Выполняют строевые команды на лыжах сигналу учителя	Выполняют строевые команды на лыжах сигналу учителя. Выполняют передвижение ступающим шагом
52	Передвижение в колонне по одному с лыжами в руках	1	Выполнение построений с лыжами в шеренгу. Передвижение с лыжами в колонну по одному с соблюдением техники	Выполняют строевые команды с лыжами. Передвигаются колонне по одному с лыжами в руках	Выполняют строевые команды с лыжами по сигналу учителя. Передвигаются колонне по одному с лыжами в руках.

53	Передвижение в колонне по одному на лыжах без палок Передвижение в	1	безопасности. Передвижение ступающим шагом Сохранение дистанции в колонне с лыжами в руках Выполнение построений с лыжами и передвижение к месту занятий. Передвижение в колонне по	Выполняют строевые команды с лыжами и строевые действия на лыжах по образцу. Выполняют передвижение в	Выполняют передвижение ступающим шагом Выполняют строевые команды с лыжами и строевые действия на лыжах. Выполняют передвижение в
	колонне по одному на лыжах без палок		одному без палок сохраняя безопасную дистанцию	колонне по одному на лыжах без палок наименьшее количество раз	колонне по одному на лыжах без палок
55	Передвижение в колонне по одному на лыжах без палок	1			
56	Ходьба на лыжах ступающим шагом без палок по кругу друг за другом	1	Выполнение построений с лыжами в шеренгу. Передвижение с лыжами в колонну по одному с	Выполняют строевые команды с лыжами. Передвигаются колонне по одному с лыжами в руках. Передвигаются на лыжах	Выполняют строевые команды с лыжами по сигналу учителя. Передвигаются колонне по
57	Ходьба на лыжах ступающим шагом без палок по кругу друг за другом		соблюдением техники безопасности. Выполнение передвижений на лыжах ступающим шагом,	ступающим шагом	одному с лыжами в руках. Передвигаются на лыжах ступающим, скользящим шагом.
58	Ходьба на лыжах ступающим шагом без палок по кругу друг за другом	1	сохраняя равновесии, правильно вставать после падения. Выполнение спуск с горы на лыжах и подъем ступающим шагом		Выполняют спуск с горы на лыжах и подъем ступающим шагом
59	Ходьба на лыжах ступающим шагом без палок по кругу друг за другом	1			
60	Ходьба на лыжах ступающим шагом без палок по кругу друг за другом	1			

62	Прохождение на лыжах за урок от 0,5 до 0,6 км Прохождение на лыжах за урок от 0,5 до 0,6 км	1	Выполнение построений с лыжами в шеренгу. Передвижение с лыжами в колонну по одному с соблюдением техники безопасности. Преодоление дистанции в быстром темпе за урок	Выполняют строевые команды с лыжами. Передвигаются колонне по одному с лыжами в руках. Преодолевают дистанцию в произвольном темпе	Выполняют строевые команды с лыжами по сигналу учителя. Передвигаются колонне по одному с лыжами в руках. Преодолевают дистанцию в быстром темпе
63	Правила закаливания	1	Беседа об основных правилах и средств закаливания. Выполнение общеразвивающих упражнений в колонне по одному в движении. Коррекционная игра	Слушают объяснение педагога по теме с четким смысловыми акцентами и опорой на наглядность (картинки по теме урока). Отвечают на вопросы односложно. Выполняют упражнения наименьшее количество раз. Участвуют в подвижной игре под контролем учителя	Слушают объяснение педагога по теме с четким смысловыми акцентами и опорой на наглядность (картинки по теме урока). Отвечают на вопросы предложениями. Выполняют комплекс упражнений по показу и инструкции учителя. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
64	Техника безопасности и правила поведения	1	Беседа о правилах поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями. Выполнение комплекса упражнений для утренней зарядки. Подвижная игра с бегом и прыжками	Отвечают на вопросы односложно. Выполняют упражнения наименьшее количество раз. Выполняют упражнения с мячом по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий и операций в последовательности их выполнения, под пооперационным (пошаговым) контролем учителя (при необходимости)	Отвечают на вопросы предложениями. Выполняют комплекс упражнений по показу и инструкции учителя. Играют в подвижную игру после инструкции учителя

65 66 67	Игры с элементами общеразвивающих упражнений Игры с элементами общеразвивающих упражнений Игры с элементами общеразвивающих упражнений	1 1	Выполнение ходьбы с хлопками. Выполнение упражнений с волейбольным мячом. Подвижная игра на повторение движений педагога или ведущего, действие по сигналу, согласно правилам игры	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют 3-4 упражнения с мячом. Осваивают и используют игровые умения	Выполняют ходьбу по показу учителя. Выполняют упражнения по инструкции учителя. Осваивают и используют игровые умения
68	Игра с бросанием и ловлей мяча: «Бросить и поймать»	1	Выполнение бега в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений типа зарядки. Подвижная игра в подбрасывании мяча, ловли его и быстром беге	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Выполняют построение в круг с помощью учителя. Участвуют в игре по инструкции	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Отвечают на вопросы целым предложением. Выполняют построение в круг и комплекс утренней зарядки по инструкции учителя. Осваивают и используют игровые умения
69	Подвижная игра «Бездомный заяц»	1	Выполнение ходьбы со сменой положений рук. Знакомство с упражнениями для развития мышц кистей рук и пальцев. Подвижная игра на перемещения бегом в различных направлениях, ориентировки в пространстве	Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя. Выполнение упражнений наименьшее количество раз. Слушают теоретический материал по правилам игр и поведения во время игр. Участвуют в игре по инструкции	Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя. Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя. Слушают теоретический материал по правилам игр и поведения во время игр. Осваивают и используют игровые умения
70	Подвижная игра с прыжками «Скок, поскок»	1	Выполнение бега в чередовании с ходьбой в колонне по одному.	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Выполняют	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному.

			Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений Подвижная игра на выполнение ритмичной ходьбы, прыжков	построение в круг с помощью учителя. Выполняют коррегирующие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя. Осваивают и используют элементарные игровые техникотактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и	Выполняют построение в круг и комплекс утренней зарядки по инструкции учителя. Осваивают и используют элементарные игровые техникотактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником
71	Подвижная игра на развитие координации «Не намочи ноги»	1	Выполнение комплекса упражнений в движении. Выполнение упражнений на сохранение равновесия в ходьбе. Выполнение лазания по гимнастической стенке. Подвижная игра на сохранение равновесия, выполнение действий согласно правилам игры	соперником Выполняют комплекс упражнений наименьшее количество раз. Выполняют ходьбу по линии на носках, на пятках с различными положениями рук по показу учителя. Выполняют лазание на небольшую высоту. Осваивают и используют игровые умения	Выполняют комплекс упражнений по показу учителя. Выполняют ходьбу по линии на носках, на пятках с различными положениями рук. Выполняют лазание. Осваивают и используют игровые умения
72	Подвижные игры с бегом: «Пустое место»	1	Выполнение различных видов ходьбы в колонне. Выполнение общеразвивающих упражнений с флажками. Знакомство с переноской гимнастических матов. Выполнение прыжка в высоту. Подвижная игра с бегом на скорость	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). Участвуют в подвижной игре по	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

				показу и инструкции учителя	
73	Эстафеты с предметами	1	Подвижная игра с элементами перестроений. Выполнение бега в чередовании с ходьбой. Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений. Эстафета с предметами	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Участвуют в соревновательной деятельности по возможности (участвуют в эстафете)	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Участвуют в соревновательной деятельности(участвуют в эстафете)
74	Коррекционная игра «День и ночь»	1	Выполнение ходьбы с хлопками. Выполнение равномерного бега по длинной дистанции. Выполнение упражнений со скакалкой. Выполнение игровых действия соблюдая правила игры	Осваивают и выполняют ходьбу удерживают правильное положение тела во время бега (с помощью учителя, при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий). Выполняют комплекс упражнений с флажками наименьшее количество раз. Осваивают и используют игровые умения	Выполняют ходьбу по сигналу учителя. Выполняют медленный бег в колонне. Выполняют комплекс упражнений со скакалкой по показу учителя. Играют в подвижную игру после инструкции и показа учителя
75	Игры и строевые упражнения: «Воробьи и вороны»	1	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
76	Игра с метанием мяча «Передай мяч»	1	Выполнение обыкновенной ходьбы в чередовании с ходьбой по линии, обозначенной на полу, сохраняя равновесие.	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения. Выполняют ползание по гимнастический скамейке на четвереньках с помощью учителя.	Выполняют ходьбу по инструкции учителя. Выполняют проползание на четвереньках по горизонтальной скамейке

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

80	Переноска предметов, спортивного инвентаря	1	Выполнение бега в чередовании с ходьбой. Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений. Освоение правил переноски предметов и спортивного инвентаря	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Осваивают и используют игровые умения	Выполняют ходьбу по указанию учителя. Выполняют упражнения в движении по показу учителя. Осваивают и используют игровые умения
81	Подвижная игра на развитие основных движений- лазания: «Перелет птиц»	1	Подвижная игра с элементами залезания на оборудование приподнятое над полом (землей), лазания по гимнастической стенке, ориентирование в пространстве по сигналу	Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция	Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя
82	Удары мяча о пол, о стенку и ловля его двумя руками	1	Выполнение бега в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений типа зарядки. Подвижная игра в подбрасывании мяча, ловли его и быстром беге	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Выполняют построение в круг с помощью учителя. Участвуют в игре по инструкции	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Отвечают на вопросы целым предложением. Выполняют построение в круг и комплекс утренней зарядки по инструкции учителя. Осваивают и используют игровые умения
83	Перекатывание мяча вперед, вправо, влево, стоя, сидя	1	Выполнение ходьбы с прыжками, доставая рукой ленточки. Выполнение общеразвивающих упражнений в колонне по одному в движении. Выполнение упражнений со скакалкой: удержание, складывание, завязывание	Выполняют ходьбу по указанию учителя. Выполняют упражнения в движении наименьшее количество раз. Выполняют коррегирующие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя. Выполняют игровые задания в перекатывании мяча	Выполняют ходьбу по указанию учителя. Выполняют упражнения в движении по показу учителя. Получают элементарные сведения по овладению игровыми умениями

84	Эстафета с мячом	1	скакалки. Игровые задания в перекатывании мяча Подвижная игра с элементами перестроений. Выполнение бега в чередовании с ходьбой. Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений.	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)
			Эстафета с предметами		
				ика – 18 часов	
85	Преодоление простейших препятствий	1	Выполнение бега в чередовании с ходьбой. Выполнение	Выполняют бег в чередовании с ходьбой под контролем учителя. Выполняют комплекс упражнений	Чередуют бег и ходьбу. Выполняют комплекс упражнений по показу.
86	Преодоление простейших препятствий	1	общеразвивающих упражнений. Преодоление простейших препятствий: перепрыгивание, пролезание, оббегание. Коррекционная игра	меньшее количество раз. Преодолевают простейшие препятствия с помощью учителя. Участвуют в подвижной игре	Преодолевают простейшие препятствия после инструкции учителя. Играют в подвижную игру после инструкции и показа учителя
87	Прыжок в длину с места толчком двух ног в начерченный ориентир	1	Выполнение построений в шеренгу и колонну. Выполнение ходьбы по ориентирам, начерченным на полу.	Выполняют упражнения для развития точности движений; выполняют упражнения для развития пространственно— временной дифференцировки по	Выполняют упражнения для развития пространственно— временной дифференцировки, ориентируясь на образец
88	Прыжок в длину с места толчком двух ног в начерченный ориентир	1	Прыжок в длину с места толчком двух ног в начерченный ориентир. Подвижная игра с бегом	прямому указанию учителя. Участвуют в игре по инструкции учителя	выполнения учителем. Осваивают и используют игровые умения
89	Прыжок в длину с места	1	Выполнение ходьбы со сменой положения рук. Выполнение упражнений для	Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя.	Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя.

90	Прыжок в длину с	1	укрепления голеностопных	Прыгают в длину с места,	Выполняют упражнения по
	места		суставов и стоп.	ориентируясь на образец	инструкции и показу
			Знакомство с названием и	выполнения учителем и/или	учителя. Выполняют прыжок
			техникой выполнения	обучающимися 2 группы.	в длину с места по показу
			прыжка. Выполнение	Участвуют в подвижной игре по	учителя. Играют в
			прыжка в длину с места.	показу и инструкции учителя	подвижную игру по показу и
			Подвижная игра с прыжками		инструкции учителя
91	Метание теннисного	1	Выполнение бега по прямой	Выполняют бег под контролем	Выполняют бег после
	мяча в стену		в шеренге. Выполнение	учителя. Выполняют 3-5	инструкции, ориентируясь на
			общеразвивающих	упражнений. Выполняют	зрительно-пространственные
92	Метание теннисного	1	упражнений. Знакомство с	различные виды метания малых	опоры.
12	мяча в стену	•	названием мяча для метания.	мячей после инструкции и	Выполняют захват и
	Mar in B creaty		Освоение правильного	неоднократного показа учителя.	удержание различных
			захвата и произвольного	Участвуют в подвижной игре по	предметов для выполнения
			метания малого мяча в стену.	показу и инструкции учителя	метания после инструкции и
			Игры с элементами		показа учителя.
			общеразвивающих		Играют в подвижную игру
			упражнений		после инструкции учителя
93	Метание теннисного	1	Выполнение ходьбы с	Выполняют ходьбу по указанию	Выполняют ходьбу по
	мяча в цель		прыжками, доставая рукой	учителя. Выполняют упражнения	указанию учителя.
			ленточки.	в движении наименьшее	Выполняют упражнения в
			Выполнение	количество раз. Выполняют	движении по показу учителя.
94	Метание теннисного	1	общеразвивающих	коррегирующие упражнения после	Выполняют коррегирующие
	мяча в цель		упражнений в колонне по	неоднократного показа по	упражнения с предметом
			одному в движении.	прямому указанию учителя.	после показа учителя.
			Выполнение упражнений со	Выполняют метание теннисного	Выполняют метание
			скакалкой: удержание,	мяча в цель, ориентируясь на	теннисного мяча в цель
			складывание, завязывание	поэтапный показ отдельных	после инструкции и показа
			скакалки.	действий (при необходимости,	учителя
			Выполнение метания мяча с	повторный показ, дополнительная	
			большой амплитудой	индивидуальная инструкция	
				учителя)	

95 96	Метание теннисного мяча на дальность Метание теннисного мяча на дальность Метание теннисного	1	Выполнение ходьбы в колонне по одному с различными заданиями для рук. Выполнение комплекса упражнений для укрепления туловища. Освоение правильного удержания	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют 5-6 упражнений комплекса. Выполняют метание на дальность, ориентируясь на образец	Выполняют ходьбу по указанию учителя. Выполняют комплекс упражнений по показу учителя. Выполняют метание на дальность после инструкции
	мяча на дальность	1	мяча, ориентирование в пространстве, соразмерение своих усилий. Выполнение метания на дальность сильнейшей рукой	выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	и показа учителя
98	Круговые эстафеты до 20 м	1	Подвижная игра с элементами перестроений.	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в
99	Круговые эстафеты до 20 м	1	Выполнение бега в чередовании с ходьбой. Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений. Эстафета на скорость	контролем педагога. Участвуют в соревновательной деятельности по возможности (участвуют в эстафете)	колонне по одному. Участвуют в соревновательной деятельности(участвуют в эстафете)
100	Высокий старт 30 м	1	Выполнение ходьбы со сменой положения рук. Выполнение упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп. Ускорение на дистанции в 30 м, Знакомство с понятием высокий старт	Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя. Выполняют бег с высокого старта, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя. Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя. Выполняют бег с высокого старта после инструкции и показа учителя
101	Медленный бег до 1- 2 мин	1	Выполнение различных видов ходьбы в колонне. Выполнение общеразвивающих упражнений с малыми	Выполняют различные виды ходьбы в колонне по показу учителя. Выполняют упражнения с малыми мячами наименьшее количество	Выполняют различные виды ходьбы по указанию учителя. Выполняют упражнения с малыми мячами по показу учителя.

102	Медленный бег до 1-	мячами. Выполнение бега по	раз.	Выполняют медленный бег
	2 мин	длинной дистанции,	Выполняют медленный бег в	
		технически правильно	чередовании с ходьбой	
		удерживание корпуса и рук в		
		медленном беге в сочетании		
		с дыханием		

3 класс

	Тема	.B0	00 D	Дифференциация ви,	дов деятельности					
No	предмета	Кол-во часов	Программное содержание	Минимальный уровень	Достаточный уровень					
	Легкая атлетика— 17 часов									
1	Правила поведения на уроках физической культуры (техника безопасности)	1	Беседа о правилах поведения на уроках физкультуры. Выполнение 3-4 упражнений утренней гимнастики. Подвижная игра на пространственное ориентирование	Слушают объяснение и рассматривают помещение и оборудование спортивного зала (с помощью учителя). Слушают инструктаж, отвечают на вопросы односложно (да/нет) и зрительно воспринимают образец поведения на уроках физической культуры (техника безопасности). Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Слушают объяснение и рассматривают помещение и оборудование спортивного зала. Слушают инструктаж, отвечают на вопросы односложно (да/нет) и зрительно воспринимают образец поведения на уроках физической культуры (техника безопасности). Играют в подвижную игру по					
2	Понятия о предварительной и исполнительной командах	1	Построение в шеренгу, колонну. Определение видов команд. Повторение строевых действий в соответствии с	Выполняют построение по показу учителя. Зрительно воспринимают образец выполнения и соотносят с голосовым(звуковым) сигналом предварительную и	инструкции учителя Выполняют построения и перестроения по сигналу учителя. Ориентируются на образец выполнения предварительной					

			командой.	исполнительную команды.	и исполнительной команд.
			Бег в медленном темпе в	Выполняют медленный бег за	Выполняют комплекса
			колонне по одному.	наиболее физически развитым	утренней гимнастики с опорой
			Выполнение комплекса	обучающимся из 2 группы,	на образец. Выполняют
			утренней гимнастики.	ориентируясь на его пример.	медленный бег.
			Подвижная игра на	Выполняют комплекса утренней	Играют в подвижную игру
			построение в разных частях	гимнастики с опорой на	после инструкции учителя
			1	•	после инструкции учителя
			зала	зрительный образец и подсказкам учителя. Участвуют в игре по	
				5 1	
2	V C	1	П	инструкции учителя	D
3	Ходьба с контролем	1	Построение в шеренгу,	Выполняют простые виды	Выполняют построения и
	и без контроля		колонну. Выполнение	построений, осваивают на	перестроения в шеренгу,
	зрения, изменением		поворотов на месте налево	доступном уровне строевые	колонну, осваивают действия
	скорости		и направо переступанием.	действия в шеренге и колонне (с	в шеренге и колонне.
			Выполнение ходьбы с	помощью учителя). Выполняют	Выполняют ходьбу с
			изменением скорости.	ходьбу шеренгой с открытыми и	изменением скорости.
			Выполнение ходьбы	закрытыми глазами (по	Выполняют ходьбу шеренгой
			шеренгой с открытыми и	возможности). Выполняют 4-5	с открытыми и закрытыми
			закрытыми глазами.	упражнений. Выполняют ходьбу с	глазами. Выполняют комплекс
			Выполнение	изменением скорости. Участвуют	упражнений.
			общеразвивающих	в подвижной игре по инструкции и	Участвуют в различных видах
			упражнений.	показу учителя, ориентируясь на	игр после инструкции и показа
			Подвижная игра с бегом	поэтапный показ отдельных	учителя.
				действий.	
4	Ходьба с высоким	1	Выполнение построения в	Выполняют построение по показу	Выполняют построение.
	подниманием бедра,		шеренгу и сдача рапорта.	учителя. Выполняют ходьбу (под	Выполняют ходьбу.
	в полуприсяде, с		Выполнение ходьбы с	контролем учителя). Выполнение	Выполнение ходьбы с
	различными		сохранением правильной	ходьбы с перешагиванием через	перешагиванием через
	положениями рук		осанки. Выполнение	большие мячи с высоким	большие мячи с высоким
	17		ходьбы с перешагиванием	подниманием бедра, в медленном,	подниманием бедра, в
			через большие мячи с	среднем и быстром темпе, со	медленном, среднем и
			высоким подниманием	сменой положений рук: вперёд,	быстром темпе, со сменой
			бедра, в медленном,	вверх, с хлопками (обучающиеся с	положений рук: вперёд, вверх,
			среднем и быстром темпе,	трудностями координации ходят,	с хлопками.
L			epoditom ii obietpom temite,	трудностини координации ходит,	V AVIOTINUMIT.

			со сменой положений рук:	взявшись за руки с учителем).	Выполняют
			вперёд, вверх, с хлопками.	Выполняют общеразвивающие	общеразвивающие
			Выполнение	упражнения после неоднократного	упражнения.
			общеразвивающих	показа по прямому указанию	Выполняют медленный бег.
			упражнений.	учителя. Выполняют медленный	Осваивают и используют
			Выполнение бега в	бег за наиболее физически	
			медленном темпе 80-100 м.	±	игровые умения
				развитым обучающимся из 2	
			Подвижная игра с	группы, ориентируясь на его	
			бросанием мяча	пример. Осваивают и используют	
				игровые умения	
5	Беговые упражнения	1	Выполнение ходьбы с	Выполняют ходьбу с изменением	Выполняют ходьбу с
			изменением скорости.	скорости. Выполняют различные	изменением скорости.
			Выполнение бега в	виды бега: на носках, с высоким	Выполняют различные виды
			заданном направлении.	подниманием бедра и	бега: на носках, с высоким
			Ознакомление с названием	захлестыванием голени назад.	подниманием бедра и
			беговых упражнений и их	Осваивают беговые упражнения	захлестыванием голени назад.
			выполнение.	выполняя на уменьшенном	Выполняют беговые
			Эстафета с бегом	расстоянии.	упражнения. Участвуют в
				Участвуют в соревновательной	соревновательной
				деятельности	деятельности
6	Бег в колонне по	1	Построение в шеренгу.	Выполняют простые команды по	Выполняют команды по
	прямой и со сменой		Подвижная игра с	сигналу учителя с одновременным	построению и перестроению
	направлений по		элементами перестроений.	показом способа выполнения	по сигналу учителя (при
	ориентирам		Выполнение бега с	построения и перестроения.	необходимости
			высоким поднимание	Осваивают бег в колонне по	ориентируются на образец).
			бедра, сохраняя дистанцию	прямой и со сменой направлений	Осваивают бег в колонне по
			и правильную осанку.	по ориентирам.	прямой и со сменой
			Выполнение комплекса	Выполняют комплекс упражнений	направлений по ориентирам.
			упражнений типа зарядки.	наименьшее количество раз	Выполняют комплекс
			Подвижная игра с	Участвую в подвижной игре после	упражнений.
			элементами	инструкции и показа учителя	Участвуют в различных видах
			общеразвивающих		игр показа учителя
			упражнений		
7	Бег в чередовании с	1	Выполнение построения в	Выполняют строевые действия по	Выполняют по показу учителя

	ходьбой до 100 м.		шеренгу и сдача рапорта. Закрепление выполнения бега в колонне правильно держа туловище, работая руками, ставя стопу на носок, свободно двигаясь. Выполнение чередования бега и ходьбы на расстоянии. Коррекционная игра	пошаговой/ поэтапной инструкции педагога. Удерживают правильную осанку во время бега, ходьбы (с помощью учителя, при необходимости пошаговая инструкция учителя). Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения в чередовании ходьбы и бега. Участвуют в игре по инструкции учителя	упражнения для развития переключаемости движений. правильную осанку во время бега, ходьбы. Смотрят образец выполняют упражнения в чередовании ходьбы и бега. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
8	Понятие низкий старт. Бег на скорость 30 м	1	Выполнение построения в шеренгу и сдача рапорта. Выполнение ходьбы с изменением скорости. Выполнение бега в заданном направлении. 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.	Выполняют построение в шеренгу и сдача рапорта с подсказкой учителя. Выполняют ходьбу с изменением скорости. Осваивают быстрый бег, ориентируясь на образец выполнения 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 построение в шеренгу и сдача рапорта. Выполняют ходьбу с изменением скорости. Осваивают быстрый бег, ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют подводящие, строевые и общеразвивающие упражнения по показу учителя. Выполняют перебежки группами и по одному 15—20 м с низкого старта с опорой образец
9	Прыжки на одной	1	Ознакомление с	Выполняют общеразвивающие	Выполняют

	ноге на месте, с		общеразвивающими	упражнения наименьшее	общеразвивающие
	продвижением		упражнениями.	количество раз.	упражнения после инструкции
	вперед		Ориентирование в	Ориентируются в направлении	и по показу педагога.
	Вперед		направлении движений.	движений с помощью педагога.	Выполняют прыжки в
			Выполнение несколько	Прыгают на двух ногах с	заданном направлении,
			подпрыгиваний подряд в	продвижением вперед. Участвуют	ориентируясь на зрительно-
			заданном направлении.	в подвижной игре по показу и	пространственные опоры.
			Подвижная игра с метанием	инструкции учителя	Играют в подвижную игру по
			подвижная игра с метанием	инструкции учители	инструкции учителя
10	Прыжки в высоту	1	Выполнение различных	Выполняют ходьбу на носках, на	Выполняют ходьбу на носках,
10	прыжки в высоту	1	видов ходьбы в колонне.	пятках, на внутреннем своде	на пятках, на внутреннем и
			Выполнение	стопы.	внешнем своде стопы.
			общеразвивающих	Выполняют 3-4 упражнений с	Выполняют комплекс
			упражнений с флажками.	флажками. Выполняют прыжки	упражнений с флажками.
			Ознакомление с переноской	после инструкции и	Выполняют прыжки после
			гимнастических матов.	неоднократного показа учителем	инструкции и показа учителя.
				(при необходимости: пошаговая	Играют в подвижную игру
			Демонстрация прыжка в	` 1	1 2 12
			высоту.	инструкция учителя,	после инструкции и показа
			Подвижная игра с метанием	пооперационный контроль выполнения действий).	учителя
				/	
				Участвуют в подвижной игре по	
11	П	1	D	показу и инструкции учителя	D
11	Прыжок в длину с	1	Выполнение ходьбы в	Выполняют ходьбу в медленном и	Выполняют ходьбу в
	места		медленном и быстром	быстром темпе. Выполняют	медленном и быстром темпе.
			темпе. Выполнение	прыжки после инструкции и	Выполняют прыжки после
			медленного бега.	неоднократного показа учителя	инструкции и показа учителя.
			Демонстрация прыжка в	(при необходимости: пошаговая	Выполняют метание с места в
			длину с места.	инструкция учителя,	горизонтальную цель
			Выполнение прыжка	пооперационный контроль	
			технически правильно,	выполнения действий), прыгают	
			отталкиваясь и	на толчком одной или двумя	
			приземляясь. Выполнение	ногами с места. Осваивают	
			беговых упражнений.	метание с места в горизонтальную	
			Метание с места в	цель, ориентируясь на образец	

			горизонтальную цель	выполнения	
12	Прыжок с 3-5 беговых шагов в длину с разбега	1	горизонтальную цель Выполнение ходьбы с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями. Выполнение непрерывного бега в среднем темпе. Демонстрирование техники прыжка с разбега: правильно разбегаясь,	выполнения Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями по показу учителя. Прыгают в длину с небольшого разбега. Выполняют метание после инструкции и неоднократного показа учителя	Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями. Прыгают с небольшого разбега в длину. Выполняют метание после инструкции и показа учителя
			сильно отталкиваясь и мягко приземляясь. Метание с места в вертикальную цель		
13	Метание теннисного мяча левой, правой рукой с места в горизонтальную цель	1	Выполнение бега по прямой в шеренге. Выполнение общеразвивающих упражнений. Ознакомление с названием мяча для метания. Демонстрация стойки и техники метания мяча. Освоение правильного захвата, стойки и произвольного метания теннисного мяча в цель. Игры с элементами общеразвивающих упражнений	Выполняют бег под контролем учителя. Выполняют 3-5 упражнения. Выполняют различные виды метания теннисных мячей после инструкции и неоднократного показа учителя. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Выполняют бег после инструкции, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Выполняют захват и удержание теннисных мячей для метания после инструкции и показа учителя. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
14	Метание теннисного мяча на дальность	1	Выполнение ходьбы в колонне по одному с различными заданиями для рук. Выполнение	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют 3-4 упражнения	Выполняют ходьбу по указанию учителя. Выполняют комплекс упражнений по показу учителя.

			комплекса упражнений для укрепления туловища. Демонстрация стойки и техники метания мяча. Освоение правильного удержания мяча, ориентирование в пространстве, соразмерение своих усилий Выполнение метания на дальность сильнейшей рукой	комплекса. Выполняют метание на дальность, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Выполняют метание на дальность после инструкции и показа учителя
15	Челночный бег (3x5) м.	1	Выполнение ходьбы с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра. Выполнение беговых упражнений. Выполнение челночного бега, демонстрирование техники высокого старта. Метание мячей с места левой и правой рукой	Выполняют ходьбу с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра по показу учителя. Выполняют челночный бег 3х10 м. Выполняют метание мячей с места левой и правой рукой	Выполняют ходьбу с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра по инструкции учителя. Выполняют челночный бег 3х10 м. Метают мячи с места левой и правой рукой
16	Эстафетный бег	1	Выполнение ходьбы со сменой положения рук. Выполнение упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп. Преодоление своего этап и передача эстафетной палочки участнику своей команды	Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя. Выполняют упражнения наименьшее количество раз. Участвуют в соревновательной деятельности по возможности (участвуют в эстафете)	Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя. Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя. Участвуют в соревновательной деятельности (участвуют в эстафете)
17	Бросок набивного мяча (вес до 1 кг)	1	Ходьба со сменой положений рук: вперед,	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения	Выполняют ходьбу со сменой положений рук: вперед, вверх,

	различными способами двумя руками		вверх, с хлопками и т.д. Выполнение быстрого бега на скорость. Определение названия мяча, какие качества развивают упражнения с этим мячом. Выполнение броска, согласовывая движения рук и туловища	обучающего 2 группы или учителя. Бросают набивной мяч из различных исходных положений меньшее количество раз	с хлопками и т.д. Бросают набивной мяч из различных исходных положений
	<u>l</u>			ика– 23 часа	
18	Правила ТБ на занятиях гимнастикой. Значение физических упражнений для здоровья человека	1	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	1	Выполнение простейших перестроений. Бег с изменением направлений. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	Выполняют упражнение по показу учителя. Выполняют комплекс наименьшее количество раз. Прыгают с высоты с мягким приземлением. Участвуют в игре по показу и	Выполняют упражнение по сигналу/ команде учителя, ориентируюсь на зрительнопространственные опоры. Выполняют комплекс упражнений по показу и

			Выполнение прыжка с	инструкции учителя	инструкции учителя. Прыгают
			высоты.		с высоты с мягким
			Коррекционная игра		приземлением. Играют в игру
					после инструкции учителя
20	Перестроение из	1	Выполнение организующих	Выполняют ходьбу ориентируясь	Выполняют ходьбу
	колонны по одному		строевых команд и приемов	на образец выполнения учителем	ориентируясь на образец
	в шеренгу по		Выполнение ходьбы со	и/или обучающимися 2 группы.	выполнения учителем.
	одному, размыкание		сменой положений рук.	Выполняют 3-4 упражнения.	Выполняют упражнения по
	на вытянутые руки		Ознакомление с	Фиксируют внимание и	словесной инструкции и
			упражнениями для развития	воспринимают расположение	показу. Выполняют команды
			мышц кистей рук и	зрительных пространственных	по построению и
			пальцев. Выполнение	опор - ориентиров для выполнения	перестроению по сигналу
			приставных шагов в	построений и перестроений.	учителя (при необходимости
			сторону, ориентирование в	Участвуют в подвижной игре по	ориентируются на образец).
			пространстве.	показу учителя	Осваивают и используют
			Подвижная игра с метанием		игровые умения
21	Основные	1	Выполнение построений в	Фиксируют внимание и	Выполняют построение в
	положения и		шеренгу, в колонну по	воспринимают расположение	шеренгу, в колонну по
	движения рук, ног,		одному.	зрительных пространственных	команде учителя,
	туловища, головы:		Освоение бега в медленном	опор- ориентиров для выполнения	ориентируясь на зрительно-
	асимметричные		темпе, чередование ходьбы	построений и перестроений.	пространственные опоры.
	движения рук		и бега.	Выполняют бег и ходьбу,	Выполняют упражнения на
			Выполнение упражнений на	ориентируясь на образец	основные положения и
			основные положения и	выполнения учителем и/или	движения рук, ног, головы,
			движения рук, ног, головы,	обучающимися 2 группы.	туловища. Чередуют ходьбу с
			туловища.	Выполняют основные положения	бегом, сохраняя темп,
			Коррекционная игра на	и движения рук, ног, головы,	дистанцию во время
			развитие точности	туловища с наименьшим	движения, удерживая
			движений	количеством раз. Участвуют в	правильную осанку во время
				подвижной игре по показу и	ходьбы. Играют в подвижную
				инструкции учителя	игру после инструкции
22	Дыхание во время	1	Выполнение бега в	Выполняют бег в чередовании с	Выполняют бег в чередовании
	ходьбы и бега		чередовании с ходьбой в	ходьбой в колонне по одному под	с ходьбой в колонне по
			колонне по одному.	контролем педагога. Отвечают на	одному. Отвечают на вопросы

			Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений. Выполнение тренировочных упражнений на дыхание во время ходьбы, бега, проговаривание звуков на выдохе. Подвижная игра на внимание	вопросы односложно. Выполняют построение в круг с помощью учителя. Выполняют корригирующие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя. Участвуют в игре по инструкции учителя	целым предложением. Выполняют построение в круг и комплекс утренней зарядки по инструкции учителя. Выполняют корригирующие упражнения без предметов после показа учителя. Играют в подвижную игру после инструкции
23	Упражнения с гимнастическими палками	1	Выполнение построений в шеренгу и колонну. Выполнение бега в чередовании с ходьбой. Выполнение комплекса упражнений с гимнастической палкой. Подвижная игра с бросками и ловлей	Выполняют упражнения с предметом, ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы). Участвуют в игре по инструкции учителя	Выполняют упражнения с предметом, ориентируясь на образец выполнения учителем. Осваивают и используют игровые умения
24	Ползание на четвереньках в медленном темпе по горизонтальной гимнастической скамейке	1	Выполнение упражнений на равновесие. Передвижение по гимнастической скамейке, приняв правильное положение упора. Подвижная игра с элементами лазания	Выполняют упражнения в равновесии по показу учителя, по возможности. Выполняют упражнения в ползании, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Осваивают и используют игровые умения	Выполняют упражнения в равновесии по инструкции учителя. Выполняют упражнения в ползании после инструкции учителя. Осваивают и используют игровые умения
25	Упражнения на формирования правильной осанки	1	Беседа о правильной осанке. Выполнение упражнений, направленные на формирования навыка правильной осанки.	Получают элементарные теоретические сведения о правильной осанке, зрительно воспринимают и оценивают образец удержания правильной осанки. Выполняют практические	Получают элементарные теоретические сведения о правильной осанке, зрительно воспринимают и оценивают образец удержания правильной осанки.

			Выполнение различных	задания с заданными параметрами	Выполняют практические
			видов ходьбы с изменением	(демонстрируют правильную	задания с заданными
			положений рук, ходьбы по	осанку, подбирают ответы на	параметрами (демонстрируют
			гимнастической скамейке,	вопрос по предоставленным	правильную осанку,
			перешагивание через	карточкам) с помощью педагога.	упражнения на формирования
			предметы.	Выполняют упражнения для	правильной осанки).
			Эстафеты с мячом	расслабления мыщц,	1
			Эстафеты с мячом	1	Выполняют упражнения для
				ориентируясь на образец	расслабления мыщц по показу
				выполнения учителем и/или	и инструкции учителя.
				обучающимися 2 группы.	Участвуют в
				Участвуют в соревновательной	соревновательной
				деятельности	деятельности
26	Ходьба с предметом	1	Выполнение упражнений с	Выполняют упражнения с	Выполняют упражнения с
	на голове, сохраняя		гимнастической палкой.	предметом меньшее количество	предметом по инструкции
	правильную осанку		Удержание в ходьбе	повторений. Выполняют ходьбу с	учителя.
			предмета на голове,	предметом на голове, сохраняя	Выполняют ходьбу с
			сохраняя правильную	правильную осанку по прямому	предметом на голове,
			осанку	указанию учителя.	сохраняя правильную осанку
27	Упражнения для	1	Построение в шеренгу,	Выполняют по показу учителя	Выполняют по показу учителя
	развития		колонну, с изменением	упражнения для формирования	упражнения для
	пространственно-		места построения,	пространственных представлений	формирования
	дифференцировки		выполнение ходы и бега	с помощью учителя, по	пространственных
			между различными	возможности	представлений по показу
			ориентирами, прохождение		учителя
			по двум параллельно		
			поставленным		
			гимнастическим скамейкам		
28	Упражнения для	1	Выполнение упражнений на	Выполняют по показу учителя	Выполняют упражнения для
	развития точности		равновесие.	упражнения для развития	развития точности движений и
	движений		Выполнение ходьбы по	точности движений и равновесия,	равновесия, ориентируясь на
			двум параллельно	ориентируясь на образец	образец выполнения учителем.
			поставленным	выполнения учителем и/или	Играют в подвижную игру
1	1				1 1 1 1 1 1
			гимнастическим скамейкам.	обучающимися 2 группы.	после инструкции учителя

				учителя	
29	Упражнения с обручем	1	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 представлени с помощью учителя, по возможности. Выполняют упражнения с предметами после неоднократного показа по прямому указанию учителя	пространственных представлений по показу учителя. Выполняют упражнения с предметами после показа учителем
30	Ходьба по гимнастической скамейке парами	1	Выполнение упражнений для развития мышц кистей рук и пальцев. Выполнение ходьбы по гимнастической скамейке парами управление равновесием, взаимодействие слаженно	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 поставленным гимнастическим скамейкам	1	Выполнение упражнений, сохраняя равновесие и преодолевая препятствия. Подвижная игра с бегом и прыжками	Выполняют упражнения на равновесие, преодолевают препятствия с помощью учителя Участвуют в игре по инструкции учителя	
32	Расхождение вдвоем поворотом при встрече на	1	Выполнение упражнений, сохраняя равновесие при	Выполняют упражнения на равновесие после неоднократного показа по	Выполняют упражнения на равновесие после показа учителем.

	гимнастической		выполнении упражнения	прямому указанию учителя.	Участвуют в соревновательной
	скамейке		на гимнастической	Участвуют в игровых заданиях (в	деятельности
			скамейке	паре)	
33	Ходьба по	1	Выполнение комплекса	Выполняют комплекс меньшее	Выполняют комплекс
	гимнастической		упражнений для	количество повторений.	упражнений по показу учителя.
	скамейке прямо,		утренней зарядки.	Выполняют ходьбу по	Выполняют ходьбу по
	правым, левым		Сохранение равновесия	гимнастической скамейке прямо,	гимнастической скамейке
	боком с различными		на ограниченной	правым, левым боком с	прямо, правым, левым боком с
	положениями рук, с		поверхности, выполняя	различными положениями рук	различными положениями рук
	мячом в руках,		передвижения,	после неоднократного показа по	самостоятельно
	бросанием и ловлей		двигательные действия с	прямому указанию учителя	
	мяча		МЯЧОМ		
34	Комплекс	1	Выполнение ходьбы с	Выполняют ходьбу по указанию	Выполняют ходьбу по
	упражнений с		прыжками, доставая	учителя.	указанию учителя. Выполняют
	гимнастической		рукой ленточки.	Выполняют упражнения в	упражнения в движении по
	скакалкой		Выполнение	движении наименьшее	показу учителя. Выполняют
			общеразвивающих	количество раз.	корригирующие упражнения с
			упражнений в колонне	Выполняют корригирующие	предметом после показа
			по одному в движении.	упражнения после	учителя. Выполняют
			Выполнение упражнений	неоднократного показа по	упражнения со скакалкой
			со скакалкой: удержание,	прямому указанию учителя.	
			складывание,	Выполняют доступные	
			завязывание скакалки.	упражнения со скакалкой	
			Выполнение прыжков		
			через скакалку		
35	Упражнения для	1	Выполнение ходьбы по	Выполняют упражнения на	Выполняют корригирующие
	формирования		канату. Выполнение	формирование правильной	упражнения после показа
	правильной осанки		ходьбы с различными	осанки, ориентируясь на образец	учителем.
			положениями рук за	выполнения учителем (или на	Выполняют упражнения с
			учителем и за	образец правильного выполнения	малыми мячами после показа
			направляющим,	обучающихся 2 группы).	учителем.
			сохраняя правильную	Выполняют упражнения с	Играют в подвижную игру по
			осанку. Выполнение	малыми мячами наименьшее	показу и инструкции учителя
			общеразвивающих	количество раз.	

			упражнений с малыми	Участвуют в подвижной игре по	
			мячами.	показу и инструкции учителя	
			Подвижная игра с бегом	3 13 . 3	
36	Упражнения с	1	Выполнение бега в	Выполняют бег в чередовании с	Выполняют бег в чередовании с
	малыми мячами		чередовании с ходьбой.	ходьбой под контролем учителя.	ходьбой. Выполняют
			Выполнение упражнений	Выполняют упражнения с	упражнения с малыми мячами,
			с малыми мячами:	малыми мячами по прямому	ориентируясь на образец
			перекладывание,	указанию учителя.	выполнения учителем.
			подбрасывание,	Участвуют в подвижной игре по	Играют в подвижную игру по
			перебрасывание мяча,	показу и инструкции учителя	показу и инструкции учителя
			бросание в пол, в стену и	3 13 . 3	
			ловля его. Подвижная		
			игра с элементами		
			общеразвивающих		
			упражнений		
37	Стойка на одной	1	Выполнение построений	Фиксируют внимание и	Выполняют построение в
	ноге, другая согнута		в шеренгу, в колонну по	воспринимают расположение	шеренгу, в колонну по команде
	вперед, руки в		одному.	зрительных пространственных	учителя, ориентируясь на
	различных исходных		Освоение бега в	опор - ориентиров для	зрительно- пространственные
	положениях		медленном темпе,	выполнения построений и	опоры. Выполняют упражнения
			чередование ходьбы и	перестроений.	на основные положения и
			бега.	Выполняют бег и ходьбу,	движения рук, ног, головы,
			Выполнение упражнений	ориентируясь на образец	туловища.
			на основные положения	выполнения учителем и/или	Чередуют ходьбу с бегом,
			и движения рук, ног,	обучающимися 2 группы.	сохраняя темп, дистанцию во
			головы, туловища.	Выполняют основные положения	время движения, удерживая
			Удержание равновесия	и движения рук, ног, головы,	правильную осанку во время
			во время выполнения	туловища с наименьшим	ходьбы.
			упражнения.	количеством раз. Выполняют	Выполняют упражнения на
			Коррекционная игра на	упражнения на равновесие с	равновесие по показу учителя.
			развитие точности	помощью учителя. Участвуют в	Играют в подвижную игру
			движений	подвижной игре по показу и	после инструкции
				инструкции учителя	
38	Упражнения с	1	Выполнение бега в	Выполняют бег в чередовании с	Выполняют бег в чередовании с

	большим мячом		чередовании с ходьбой. Выполнение упражнений с большим мячом: перекладывание, подбрасывание, перебрасывание мяча, бросание в пол, в стену и ловля его. Подвижная игра с прыжками	ходьбой под контролем учителя. Выполняют упражнения с большим мячом по прямому указанию учителя. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	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	1	Ознакомление с игровыми задания на построение и перестроения.	Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы. Выполняют комплекс утренней	Выполняют игровые задания. Осваивают и выполняют ходьбу по прямой линии на носках, на пятках, на внутреннем и
40	Лазание вверх, вниз по гимнастической стенке, не пропуская реек	1	Выполнение ходьбы в различном темпе. Освоение разновидностей ходьбы. Выполнение комплекса утренней гимнастики. Определение названия двигательному действию, названия оборудования. Выполнение правильного захвата рейки руками и правильной постановки стопы на гимнастическую стенку. Подвижная игра с прыжками	гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют лазанье (с помощью учителя, по возможности самостоятельно) по прямому указанию учителя. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	внешнем своде стопы с сохранением равновесия на ограниченной поверхности. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения. Осваивают и используют игровые умения
4.1	п т	1		ы - 4 часа	
41	Правила ТБ на	1	Беседа о правилах	Слушают инструктаж, отвечают	Слушают инструктаж, отвечают

	2212				
	занятиях		поведения на занятиях	на вопросы односложно (да/нет)	на вопросы односложно
	подвижными		подвижными играми.	и зрительно воспринимают	(да/нет) и зрительно
	играми.		Выполнение ходьбы со	образец поведения на уроках	воспринимают образец
	Корригирующие		сменой положения рук.	физической культуры (техника	поведения на уроках
	игры:		Выполнение упражнений	безопасности).	физической культуры (техника
	«Салки», «Мишка на		для укрепления	Выполняют ходьбу со сменой	безопасности). Выполняют
	льдине»		голеностопных суставов	положения рук под контролем	ходьбу со сменой положения
42	Корригирующие	1	и стоп.	учителя.	рук по показу учителя.
	игры:		Выполнение игровых	Выполняют упражнения	Выполняют упражнения по
	«Ловишки-		упражнений в беге в	наименьшее количество раз.	инструкции и показу учителя.
	хвостики», «Мишка		различных	Участвуют в различных видах	Участвуют в различных видах
	на льдине».		направлениях, на	игр по инструкции и по показу	игр после инструкции и показа
			скорость не наталкиваясь	учителя, ориентируясь на	учителя
			друг на друга, действуя	поэтапный показ отдельных	
			по сигналу и согласно	действий (при необходимости,	
			правилам игры	повторный показ,	
			1	дополнительная индивидуальная	
				инструкция учителя)	
43	Коррекционные	1	Выполнение упражнений	Выполняют упражнения со	Выполняют упражнения со
	игры: «Воздушный		со скакалкой.	скакалкой по возможности.	скакалкой по показу учителя.
	шар»,«Повтори		Бросание и ловля мяча из	Осваивают и используют	Осваивают и используют
	движение»		разных положений,	игровые умения.	игровые умения.
			двумя руками, правой и	Осваивают прыжки через	Прыгают через скакалку на
			левой рукой.	скакалку по возможности	двух ногах
			Выполнение прыжков		A-3-1
			через скакалку на двух		
			ногах		
44	Подвижные игры с	1	Выполнение различных	Выполняют ходьбу на носках, на	Выполняют ходьбу на носках,
	бегом: «Пустое	-	видов ходьбы в колонне.	пятках, на внутреннем своде	на пятках, на внутреннем и
	место»		Выполнение	стопы.	внешнем своде стопы.
			общеразвивающих	Выполняют 5-6 упражнений с	Выполняют комплекс
			упражнений с флажками.	флажками.	упражнений с флажками.
			Ознакомление с	Выполняют прыжки после	Выполняют прыжки после
			переноской	инструкции и неоднократного	инструкции и показа учителя.
			переноскои	инструкции и неоднократного	инструкции и показа учителя.

			PHAILOCTHIACKIY MOTOR	показа учителем (при	Играют в попримению игра
			гимнастических матов.	\ 1	Играют в подвижную игру
			Выполнение прыжка в	необходимости: пошаговая	после инструкции и показа
			высоту.	инструкция учителя,	учителя
			Подвижная игра с бегом	пооперационный контроль	
			на скорость	выполнения действий).	
				Участвуют в подвижной игре по	
				показу и инструкции учителя	
			Лыжная под	готовка - 17 часов	
45	Техника	1	Беседа о правилах	Слушают правила поведения на	Слушают правила поведения на
	безопасности и		обращения с лыжным	уроках лыжной подготовки,	уроках лыжной подготовки,
	правила поведения		инвентарем и технике	информацию о предупреждении	информацию о предупреждении
	на лыжне		безопасности на	травм и обморожений с опорой	травм и обморожений с опорой
			занятиях лыжным	на наглядность (презентации,	на наглядность (презентации,
			спортом.	картинки, карточки), участвуют в	картинки, карточки), участвуют
			Тренировочные	беседе и отвечают на вопросы	в беседе и отвечают на вопросы
			упражнения в	учителя с опорой на визуальный	учителя.
			подготовке к занятию,	план.	Готовятся к занятию, выбирают
			выбор лыж и палок	Готовятся к занятию, выбирают	лыжи и палки
			1	лыжи и палки с помощью	
				учителя	
46	Совершенствование	1	Тренировочные	Готовятся к занятию, выбирают	Готовятся к занятию, выбирают
	техники выполнения		упражнения в подборе	лыжи и палки с помощью	лыжи и палки. Выполняют
	строевых команд и		лыжного инвентаря и	учителя.	строевые команды по сигналу
	приемов		одежды к занятию.	Выполняют строевые команды	учителя
	1		Выполнение строевые	по сигналу учителя	
			команд с лыжами и на		
			лыжах, надевание и		
			снимание лыж и палок		
47	Техники выполнения	1	Построение в шеренгу с	Выполняют построение с	Выполняют построение с
	ступающего шага		лыжами у ноги.	лыжами.	лыжами.
	без палок и с		Повторение безопасного	Передвигаются в колонне по	Передвигаются в колонне по
	палками		способа переноски лыж	одному с лыжами на плече и под	одному с лыжами на плече и
			при движении в колонне.	рукой, соблюдая дистанцию по	под рукой, соблюдая
			Тренировочные	сигналу учителя.	дистанцию по сигналу учителя.
			I permiposo misic	ominary y mion.	Anorandino no emmany y mieni.

			упражнения на одевании	Одевают лыжный инвентарь с	Одевают лыжный инвентарь.
				1	Передвигаются по лыжне
			лыжного инвентаря.	помощью учителя.	-
			Демонстрация	Передвигаются на лыжах	ступающим шагом
			ступающего шага.	ступающим шагом	
			Выполнение ступающего		
			шага: перекрестная		
			координация движений		
			рук и ног, перенос		
			тяжести тела с одной		
			ноги на другую,		
			правильное положение		
			туловища и головы		
48	Подготовка	1	Тренировочные	Одевают самостоятельно или с	Самостоятельно готовятся к
	инвентаря для		упражнения в одевании и	помощью педагога форму для	уроку физической культуры,
	занятий лыжами		закреплении креплений.	занятий лыжной подготовкой,	подбирают лыжи и палки,
49	Подготовка	1	Выполнение построений	подбирают лыжи и палки с	передвигаются к месту занятий.
	инвентаря для		с лыжами в шеренгу.	помощью учителя,	Выполняют передвижение
	занятий лыжами		Передвижение с лыжами	передвигаются к месту занятий	ступающим шагом
			в колонну по одному с		
			соблюдением техники		
			безопасности.		
			Передвижение		
			ступающим шагом		
50	Построение в	1	Определение своего	Выполняют строевые действия с	Выполняют строевые действия
	шеренгу по одному с		места в строю,	лыжами по сигналу учителя,	по сигналу учителя,
	лыжами в руках		построение в шеренгу,	передвигаются к месту занятий	передвигаются к месту занятий,
	лыжами в руках		выполнение команд с	под контролем учителя.	соблюдая технику безопасности
				под контролем учители.	при передвижении в колонне с
			лыжами в руках.		
			Передвижение		лыжами.
			ступающим шагом		Передвигаются ступающим
<i>E</i> 1	П	1		D	шагом по лыжне
51	Передвижение в	1	Выполнение построений	Выполняют строевые команды с	Выполняют строевые команды
	колонне по одному с		с лыжами в шеренгу.	лыжами.	с лыжами по сигналу учителя.
	лыжами в руках		Передвижение с лыжами	Передвигаются колонне по	Передвигаются колонне по

52	Передвижение в колонне по одному с лыжами в руках	1	в колонну по одному с соблюдением техники безопасности. Передвижение ступающим шагом Сохранение дистанции в колонне с лыжами в руках	одному с лыжами в руках	одному с лыжами в руках. Выполняют передвижение ступающим шагом
53	Передвижение в колонне по одному на лыжах без палок	1	Выполнение построений с лыжами и передвижение к месту занятий. Передвижение в колонне по одному без палок, сохраняя безопасную дистанцию	Выполняют строевые команды с лыжами и строевые действия на лыжах по образцу. Выполняют передвижение в колонне по одному на лыжах без палок наименьшее количество раз	Выполняют строевые команды с лыжами и строевые действия на лыжах. Выполняют передвижение в колонне по одному на лыжах без палок
54	Ходьба на лыжах ступающим шагом без палок по кругу друг за другом	1	Выполнение построений с лыжами в шеренгу. Передвижение с лыжами в колонну по одному с	Выполняют строевые команды с лыжами. Передвигаются колонне по одному с лыжами в руках.	Выполняют строевые команды с лыжами по сигналу учителя. Передвигаются колонне по одному с лыжами в руках.
55	Ходьба на лыжах ступающим шагом без палок по кругу друг за другом	1	соблюдением техники безопасности. Выполнение передвижений на лыжах	Передвигаются на лыжах ступающим шагом	Передвигаются на лыжах ступающим, скользящим шагом. Выполняют спуск с горы на
56	Ходьба на лыжах ступающим шагом без палок по кругу друг за другом	1	ступающим шагом, сохраняя равновесии, правильно вставать после падения.		лыжах и подъем ступающим шагом
57	Ходьба на лыжах ступающим шагом без палок по кругу друг за другом	1	Выполнение спуска с горы на лыжах и подъема ступающим шагом		
58	Ходьба на лыжах ступающим шагом	1			

	без палок по кругу				
	друг за другом				
59	Прохождение отрезков на время от 200до 300 м	1	Построение в шеренгу с лыжами у ноги. Повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне. Одевание лыжного инвентаря. Прохождение на лыжах отрезков на скорость	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя. Осваивают выполнение попеременного двухшажного хода (по возможности) после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий)	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. Одевают лыжный инвентарь. Выполняют попеременный двухшажный ход после инструкции и показа учителя
60	Прохождение на лыжах за урок от 0,5 до 0,6 км	1	Выполнение построений с лыжами в шеренгу. Передвижение с лыжами	Выполняют строевые команды с лыжами. Передвигаются колонне по	Выполняют строевые команды с лыжами по сигналу учителя. Передвигаются колонне по
61	Прохождение на	1	в колонну по одному с	одному с лыжами в руках.	одному с лыжами в руках.
01	лыжах за урок от 0,5 до 0,6 км	1	соблюдением техники безопасности.	Преодолевают дистанцию в произвольном темпе	Преодолевают дистанцию в быстром темпе
62	Прохождение на лыжах за урок от 0,5 до 0,6 км	1	Преодоление дистанции в быстром темпе за урок		•
	7		•	ы — 22 часа	
63	Техника	1	Беседа о правилах	Отвечают на вопросы	Отвечают на вопросы
	безопасности и		поведения и	односложно.	предложениями.
	правила поведения		предупреждения	Выполняют упражнения	Выполняют комплекс
	на подвижных играх		травматизма во время	наименьшее количество раз.	упражнений по показу и
			занятий физическими	Выполняют упражнения с мячом	инструкции учителя.

			упражнениями. Выполнение комплекса упражнений для утренней зарядки. Подвижная игра с бегом и прыжками	по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий и операций в последовательности их выполнения, под пооперационным (пошаговым) контролем учителя (при необходимости)	Играют в подвижную игру после инструкции учителя
64	Значение утренней гимнастики	1	Выполнение поворотов на месте налево и направо переступанием. Выполнение ритмичной ходьбы с сохранение заданного темпа ходьбы. Выполнение общеразвивающих упражнений типа «зарядка». Подвижная игра с бегом	Выполняют простые виды построений, осваивают на доступном уровне строевые действия в шеренге и колонне (с помощью учителя). Выполняют ходьбу с изменением скорости. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики) с помощью педагога. Участвуют в подвижной игре по инструкции и показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий.	Выполняют построения и перестроения в шеренгу, колонну, осваивают действия в шеренге и колонне. Выполняют ходьбу с изменением скорости. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики). Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя
65	Игры с элементами общеразвивающих упражнений	1	Выполнение ходьбы с хлопками. Выполнение упражнений с волейбольным мячом. Подвижная игра на повторение движений педагога или ведущего, действие по сигналу, согласно правилам игры	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют 3-4 упражнения с мячом. Осваивают и используют игровые умения	Выполняют ходьбу по показу учителя. Выполняют упражнения по инструкции учителя. Осваивают и используют игровые умения

66	Игра с бросанием и ловлей мяча: «Бросить и поймать»	1	Выполнение бега в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Построение в круг и выполнение общеразвивающих	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Выполняют построение в круг с помощью учителя. Участвуют в игре по инструкции	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Отвечают на вопросы целым предложением. Выполняют построение в круг и комплекс утренней зарядки по
			упражнений типа	з шетвуют в птре по ппетрукции	инструкции учителя.
			«зарядка». Подвижная игра в подбрасывании мяча,		Осваивают и используют игровые умения
			ловли его и быстром беге		
67	Подвижные игры с	1	Выполнение различных	Выполняют ходьбу на носках, на	Выполняют ходьбу на носках,
	бегом: «Пустое		видов ходьбы в колонне.	пятках, на внутреннем своде	на пятках, на внутреннем и
	место»		Выполнение	стопы.	внешнем своде стопы.
			общеразвивающих	Выполняют 5-6 упражнений с	Выполняют комплекс
			упражнений с флажками.	флажками.	упражнений с флажками.
			Ознакомление с	Выполняют прыжки после	Выполняют прыжки после
			переноской	инструкции и неоднократного	инструкции и показа учителя.
			гимнастических матов.	показа учителем (при	Играют в подвижную игру
			Выполнение прыжка в	необходимости: пошаговая	после инструкции и показа
			высоту.	инструкция учителя,	учителя
			Подвижная игра с бегом	пооперационный контроль	
			на скорость	выполнения действий). Участвуют в подвижной игре по	
				1	
68	Эстафеты с	1	Подвижная игра с	показу и инструкции учителя Выполняют бег в чередовании с	Выполняют бег в чередовании с
00	предметами	1	элементами	ходьбой в колонне по одному	ходьбой в колонне по одному.
	продпотапп		перестроений.	под контролем педагога.	Участвуют в соревновательной
			Выполнение бега в	Участвуют в соревновательной	деятельности (участвуют в
			чередовании с ходьбой.	деятельности по возможности	эстафете)
			Выполнение комплекса	(участвуют в эстафете)	
			общеразвивающих	J . J	
			упражнений.		

			Эстафета с предметами		
69	Игры с метанием мяча «Подвижная цель», «Обгони мяч»	1	Ходьба с хлопками. Выполнение упражнений с волейбольным мячом. Подвижные игры на выполнение передачи — ловли мяча, согласование свои действия с действиями других игроков, соизмерение бросков с расстоянием до цели	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют 5-6 упражнения с мячом. Осваивают и используют игровые умения	Выполняют ходьбу по показу учителя. Выполняют упражнения по инструкции учителя. Осваивают и используют игровые умения
70	Подвижные игры на развитие основных движений- прыжков: «Волк во рву», «Рыбаки и рыбки»	1	Выполнение медленного бега с сохранением правильной осанки. Выполнение общеразвивающих упражнений с малыми мячами. Выполнение прыжков на одной ноге на месте и с продвижением. Подвижные игры на взаимодействие согласно правилам игры, перепрыгивание через препятствия	Удерживают правильное положение тела во время бега (пооперационный контроль выполнения действий). Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения с предметом по показу. Участвуют в подвижной игре под контролем учителя	Удерживают правильное положение тела во время бега. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения с предметом. Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя
71	Эстафета с мячом	1	Выполнение ходьбы змейкой, в полуприседе. Чередование бега и ходьбы по сигналу. Выполнение броска набивного мяча (вес до 1 кг) различными	Удерживают правильное положение тела во время ходьбы (с помощью учителя). Выполняют чередование бега и ходьбы. Бросают набивной мяч из различных исходных положений	Выполняют ходьбу змейкой, в полуприседе. Выполняют чередование бега и ходьбы. Бросают набивной мяч из различных исходных положений.

			способами двумя руками. Эстафеты на взаимодействие с	Осва	ышее количество раз. вивают и используют овые умения	Осваивают и используют игровые умения
			товарищами			
72	Игры и строевые упражнения: «Воробьи и вороны»	1	Выполнение комплекса упражнений в движении. Выполнение упражнений н 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
73	Игры на развитие внимания, памяти, точности движений: «Школа мяча»	1	Выполнение упражнений со скакалкой. Бросание и ловля мяча из разных положений, двумя руками, правой и левой рук Выполнение прыжков чере скакалку на двух ногах.	кой.	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»
74	Эстафеты на развитее координации	1	Подвижная игра с элемента перестроений. Выполнение бега в чередовании с ходьбой. Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений. Эстафета с предметами	ами	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)
75	Передача предметов	1	Выполняют ходьбу с прыжками, доставая рукой ленточки. Выполнение		Выполняют ходьбу по указанию учителя. Выполняют упражнения в движении наименьшее	Выполняют ходьбу по указанию учителя. Выполняют упражнения в движении по показу учителя. Выполняют

55,000,000,000,000,000,000,000,000,000,	
	ррегирующие упражнения с
	едметом после показа
	ителя. Выполняют игровые
	дания в передаче предметов
скакалкой: удержание, неоднократного показа по	
складывание, завязывание прямому указанию учителя.	
скакалки. Выполняют игровые	
Игровые задания в передаче задания в передаче	
предметов предметов с помощью	
учителя	
76 Переноска 1 Выполнение бега в Выполняют бег в Вып	ыполняют ходьбу по
предметов, чередовании с ходьбой. чередовании с ходьбой в ука:	азанию учителя. Выполняют
спортивного Выполнение комплекса колонне по одному под упр	ражнения в движении по
инвентаря общеразвивающих контролем педагога. пок	казу учителя. Осваивают и
упражнений. Освоение Осваивают и используют исп	пользуют игровые умения
правил переноски предметов и игровые умения	
спортивного инвентаря	
77 Подвижная игра на 1 Подвижная игра с элементами Участвуют в различных Уча	наствуют в различных видах
	р после инструкции и показа
движений- лазания: приподнятое над полом по показу учителя, учи	ителя
«Перелет птиц» (землей), лазания по ориентируясь на поэтапный	
гимнастической стенке, показ отдельных действий	
ориентирование в (при необходимости,	
пространстве по сигналу повторный показ,	
дополнительная	
индивидуальная	
инструкция	
	ыполняют бег в чередовании с
	дьбой в колонне по одному.
	гвечают на вопросы целым
	едложением.
	ыполняют построение в круг и т
общеразвивающих круг с помощью учителя. ком	ыполняют построение в круг и мплекс утренней зарядки по

			Подвижная игра в подбрасывании мяча, ловли его и быстром беге	инструкции	Осваивают и используют игровые умения
79	Перекатывание мяча	1	Выполнение ходьбы с	Выполняют ходьбу по	Выполняют ходьбу по
	вперед, вправо,		прыжками, доставая рукой	указанию учителя.	указанию учителя. Выполняют
	влево, стоя, сидя		ленточки.	Выполняют упражнения в	упражнения в движении по
			Выполнение	движении наименьшее	показу учителя. Владеют
			общеразвивающих	количество раз.	элементарными сведениями по
			упражнений в колонне по	Выполняют	овладению игровыми умениями
			одному в движении.	коррегирующие	
			Выполнение упражнений со	упражнения после	
			скакалкой: удержание,	неоднократного показа по	
			складывание, завязывание	прямому указанию учителя.	
			скакалки.	Выполняют игровые	
			Игровые задания в	задания в перекатывании	
			перекатывании мяча	мяча	
80	Эстафета с мячом	1	Подвижная игра с элементами	Выполняют бег в	Выполняют бег в чередовании с
			перестроений.	чередовании с ходьбой в	ходьбой в колонне по одному.
			Выполнение бега в	колонне по одному под	Участвуют в соревновательной
			чередовании с ходьбой.	контролем педагога.	деятельности (участвуют в
			Выполнение комплекса	Участвуют в	эстафете)
			общеразвивающих	соревновательной	
			упражнений.	деятельности по	
			Эстафета с предметами	возможности	
				(участвуют в эстафете)	
81	Подвижные игры на	1	Построение в шеренгу,	Выполняют по показу	Выполняют по показу учителя
	развитие основных		колонну, с изменением места	учителя упражнения для	упражнения для формирования
	движений -		построения, выполнение ходы	формирования	пространственных
	перелезания:		и бега между различными	пространственных	представлений по показу
	«Наседка и		ориентирами.	представлений с помощью	учителя.
	цыплята», «Зайцы,		Выполнение упражнений с	учителя, по возможности.	Выполняют упражнения с
	сторож и Жучка»		обручем.	Выполняют упражнения с	предметами после показа
82	Подвижные игры на	1	Перелезание через	предметами после	учителем.
	развитие основных		препятствия различным	неоднократного показа по	Осваивают и используют

	движений -		способом в зависимости от	прямому указанию учителя.	игровые умения
	перелезания:		высоты	Осваивают и используют	Inspection
	«Наседка и			игровые умения	
	цыплята», «Зайцы,			in pozzio ymemini	
	сторож и Жучка»				
	Эстафета с мячом	1	Выполнение ходьбы змейкой,	Удерживают правильное	Выполняют ходьбу змейкой, в
	o o rusporus o marrom	-	в полуприседе.	положение тела во время	полуприседе.
			Чередование бега и ходьбы по	ходьбы (с помощью	Выполняют чередование бега и
			сигналу.	учителя). Выполняют	ходьбы.
			Выполнение броска набивного	чередование бега и ходьбы.	Бросают набивной мяч из
			мяча (вес до 1 кг) различными	Бросают набивной мяч из	различных исходных
			способами двумя руками.	различных исходных	положений.
			Эстафеты на взаимодействие с	положений меньшее	Осваивают и используют
			товарищами	количество раз.	игровые умения
				Осваивают и используют	mpozzio ymemzi
				игровые умения	
83	Подвижная игра	1	Выполнение ходьбы с	Выполняют ходьбу с	Выполняют ходьбу с
	«Филин и пташки»		упражнениями для рук в	упражнениями для рук в	упражнениями для рук в
			чередовании с другими	чередовании с другими	чередовании с другими
			движениями.	движениями по показу	движениями.
			Выполнение непрерывного	учителя.	Участвуют в различных видах
			бега в среднем темпе.	Участвуют в различных	игр после инструкции и показа
			Подвижная игра на	видах игр по инструкции и	учителя
			выполнение спрыгиваний с	по показу учителя,	
			предметов, приподнятых над	ориентируясь на поэтапный	
			землей, быстрое	показ отдельных действий	
			ориентирование в	(при необходимости,	
			пространстве, взаимодействие	повторный показ,	
			согласно правилам игры	дополнительная	
				индивидуальная	
				инструкция учителя)	
			Легкая атлетик:		
84	Правила поведения	1	Выполнение построения в	Выполняют построение по	Выполняют построение по
	на уроках		шеренгу и сдача рапорта	показу учителя.	сигналу учителя.

физической культуры (техника безопасности). Дежурным. Выполняю выполняют ходьбу (под культуры (техника правильную осанку. Выполняют контролем учителя). Выполняют полуприседе, с различно	-
	VIVIII C. D
т презонасностил т плавиньную осанку ТВЫПОННЯЮТ ПОПУППИСЕЛЕ С ВЗЗЛИЧНУ	
Ходьба в медленном, Выполнение комплекса общеразвивающие положениями рук.	MINITY
среднем темпе, в утренней гимнастики. упражнения после Выполняют общеразвив	ающие
полуприседе, с Выполнение бега в медленном неоднократного показа по упражнения после показ	
различными темпе. прямому указанию учителя. учителя.	ia
	бог
шнур, начерченную линию. за наиболее физически Осваивают и использую	Т
Подвижная игра с бросанием развитым обучающимся из игровые умения	
мяча 2 группы, ориентируясь на	
его пример. Осваивают и	
используют игровые	
умения	
85 Метание большого 1 Выполнение бега по Выполняют бег по Выполняют метание большого	
мяча двумя руками коридорчику. коридорчику с помощью мяча двумя руками из-за	
из - за головы. Принятие правильного учителя. головы после инструкци	
положение во время метания, Метают большой мяч двумя учителя. Участвуют в из	pe
выполнение метания руками из-за головы, после инструкции учите	ЯП
большого мяча способом из-за ориентируясь на образец	
головы. выполнения учителем и/или	
Подвижная игра с бегом обучающимися 2 группы.	
Участвуют в подвижной	
игре по инструкции учителя	
86 Бег с преодолением 1 Выполнение ходьбы с Выполняют ходьбу с Выполняют ходьбу с	
простейших изменением направлений по изменением направлений изменением направлени	й по
препятствий ориентирам и командам по ориентирам и командам ориентирам и командам	
учителя. учителя. учителя.	
Выполнение бега с Выполняют бег с Выполняют бег с преоде	олением
преодолением простейших преодолением простейших простейших препятстви	
препятствий. Препятствий. Осваивают и Осваивают и использую	
Подвижная игра с метанием используют игровые игровые умения	
умения	
87 Метание теннисного 1 Выполнение ходьбы в колонне Выполняют ходьбу, Выполняют ходьбу по	

	мяча на дальность		по одному с различными	ориентируясь на образец	указанию учителя. Выполняют
88	Метание теннисного	1	заданиями для рук.	выполнения учителем и/или	комплекс упражнений по
00	мяча на дальность	1	Выполнение комплекса	обучающимися 2 группы.	показу учителя.
89	Метание теннисного	1	упражнений для укрепления	Выполняют 3-4 упражнения	Выполняют метание на
09	мяча на дальность	1	туловища.	комплекса.	дальность после инструкции и
	мича на дальность		Демонстрация стойки и	Выполняют метание на	показа учителя
			техники метания мяча.	дальность, ориентируясь на	показа учителя
			Освоение правильного	образец выполнения	
			удержания мяча,	учителем и/или	
			· ·	обучающимися 2 группы	
			ориентирование в	обучающимися 2 группы	
			пространстве, соразмерение		
			своих усилий Выполнение метания на		
00	M	1	дальность сильнейшей рукой	D C	D C
90	Метание теннисного	1	Выполнение бега по прямой в	Выполняют бег под	Выполняют бег после
	мяча левой, правой		шеренге.	контролем учителя.	инструкции, ориентируясь на
	рукой с места в		Выполнение	Выполняют 3-5	зрительно-пространственные
	горизонтальную		общеразвивающих	упражнения. Выполняют	опоры.
	цель		упражнений.	различные виды метания	Выполняют захват и удержание
91	Метание теннисного	1	Ознакомление с названием	теннисных мячей после	теннисных мячей для метания
	мяча левой, правой		мяча для метания.	инструкции и	после инструкции и показа
	рукой с места в		Демонстрация стойки и	неоднократного показа	учителя. Играют в подвижную
	горизонтальную		техники метания мяча.	учителя.	игру после инструкции учителя
	цель		Освоение правильного	Участвуют в подвижной	
			захвата, стойки и	игре по показу и	
			произвольного метания	инструкции учителя	
			теннисного мяча в цель.		
			Игры с элементами		
			общеразвивающих		
			упражнений		
92	Прыжок в длину с	1	Выполнение ходьбы в	Выполняют ходьбу в	Выполняют ходьбу в
	места		медленном и быстром темпе.	медленном и быстром	медленном и быстром темпе.
93	Прыжок в длину с	1	Выполнение медленного бега.	темпе.	Выполняют прыжки после
	места		Демонстрация прыжка в	Выполняют прыжки после	инструкции и показа учителя.

94	Прыжок в длину с места	1	длину с места. Выполнение прыжка технически правильно, отталкиваясь и приземляясь. Выполнение беговых упражнений. Метание с места в горизонтальную цель	инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий), прыгают на толчком одной или двумя ногами с места. Осваивают метание с места	Выполняют метание с места в горизонтальную цель
0.5				в горизонтальную цель, ориентируясь на образец выполнения	
95	Прыжки с ноги на ногу до 10-15 м	1	Выполнение ходьбы на носках, на пятках. Выполнение бега в среднем темпе с переходом на ходьбу. Выполнение многоскоков. Подвижная игра на передачу мячей в колоннах	Выполняют ходьбу в умеренном темпе на носках, на пятках. Перепрыгивают с ноги на ногу на отрезках. Осваивают и используют игровые умения	Выполняют ходьбу в умеренном темпе на носках, на пятках. Перепрыгивают с ноги на ногу на отрезках. Осваивают и используют игровые умения
96	Прыжки через скакалку на двух, на одной ноге	1	Выполнение ходьбы с различным положением рук. Выполнение беговых упражнений. Пробегание под скакалкой, перешагивание, перепрыгивание с одной ноги на другую, перепрыгивание на двух ногах через медленно вращающуюся скакалку вперед, с промежуточным подскоком. Подвижная игра с элементами	Выполняют ходьбу с различным положением рук по показу и инструкции учителя. Выполняют прыжки через скакалку на двух ногах. Участвуют в игре по инструкции учителя	Выполняют ходьбу с различным положением рук по показу и инструкции учителя. Выполняют прыжки через скакалку на двух, на одной ноге. Играют в подвижную игру после инструкции учителя

			общеразвивающих		
			упражнений		
97	Круговые эстафеты	1	Подвижная игра с элементами	Выполняют бег в	Выполняют бег в чередовании с
	до 20 м		перестроений.	чередовании с ходьбой в	ходьбой в колонне по одному.
98	Круговые эстафеты	1	Выполнение бега в	колонне по одному под	Участвуют в соревновательной
	до 20 м		чередовании с ходьбой.	контролем педагога.	деятельности (участвуют в
			Выполнение комплекса	Участвуют в	эстафете)
			общеразвивающих	соревновательной	
			упражнений.	деятельности по	
			Эстафета на скорость	возможности	
				(участвуют в эстафете)	
99	Высокий старт 30 м	1	Выполнение ходьбы со	Выполняют ходьбу со	Выполняют ходьбу со сменой
100	Высокий старт 30 м	1	сменой положения рук.	сменой положения рук под	положения рук по показу
			Выполнение упражнений для	контролем учителя.	учителя. Выполняют
			укрепления голеностопных	Выполняют бег с высокого	упражнения по инструкции и
			суставов и стоп.	старта, ориентируясь на	показу учителя. Выполняют бег
			Ускорение на дистанции в 30	образец выполнения	с высокого старта после
			м, ознакомление с понятием	учителем и/или	инструкции и показа учителя
			высокий старт	обучающимися 2 группы	
101	Медленный бег до 1-	1	Выполнение различных видов	Выполняют различные	Выполняют различные виды
	2 мин		ходьбы в колонне.	виды ходьбы в колонне по	ходьбы по указанию учителя.
102	Медленный бег до 1-	1	Выполнение	показу учителя.	Выполняют упражнения с
	2 мин		общеразвивающих	Выполняют упражнения с	малыми мячами по показу
			упражнений с малыми	малыми мячами	учителя.
			мячами.	наименьшее количество	Выполняют медленный бег
			Выполнение бега по длинной	раз.	
			дистанции, технически	Выполняют медленный бег	
			правильное удерживание	в чередовании с ходьбой	
			корпуса и рук в медленном		
			беге в сочетании с дыханием		

4 класс

No	Тема предмета		ЭВ	Программное	Дифференциация видов деятельности		
115			часов	содержание	Минимальныйуровень	Достаточный уровень	
		1		Легкая атле	тика– 17 часов		
1	Предупреждение		1	Беседа о соблюдение техники	Отвечают на вопросы по	Отвечают на вопросы по	
	травм во время			безопасности во время	прослушанному материалу с опорой	прослушанному материалу	
	занятий			выполнения упражнений.	на визуальный план (с	целыми предложениями.	
				Переодевание в спортивную	использованием системы игровых,	Самостоятельно готовятся к	
				форму и обувь на урок.	сенсорных поощрений).	уроку. Выполняют	
				Выполнение 3-4 упражнений	Готовятся к уроку, опираясь на	упражнения по показу	
				утренней гимнастики.	образец выполнения обучающегося 2	обучающегося.	
				Игра по выбору детей	группы. Участвуют в подвижной	Играют в подвижную игру	
					игре по инструкции и показу учителя	после инструкции учителя	
2	Понятия о		1	Построение в шеренгу.	Выполняют построение по показу	Выполняют построения и	
	предварительной			Определение видов команд.	учителя. Зрительно воспринимают	перестроения по сигналу	
	и исполнительной			Повторение строевых	образец выполнения и соотносят с	учителя.	
	командах			действий в соответствии с	голосовым (звуковым) сигналом	Ориентируются на образец	
				командой.	предварительную и исполнительную	выполнения	
				Бег в медленном темпе в	команды. Выполняют медленный бег	предварительной и	
				колонне по одному.	за наиболее физически развитым	исполнительной команд.	
				Выполнение комплекса	обучающимся из 2 группы,	Выполняют медленный бег.	
				утренней гимнастики.	ориентируясь на его пример.	Прыгают на двух ногах на	
				Выполнение прыжков на двух	Прыгают на двух ногах на месте, с	месте, с продвижением	
				ногах на месте, с продвижением	продвижением вперед, в стороны.	вперед, в стороны.	
				вперед, в стороны.	Участвуют в игре по инструкции	Играют в подвижную игру	
				Коррекционная игра	учителя	после инструкции учителя	
3	Ходьба в		1	Выполнение построения в	Выполняют построение по показу	Выполняют построение по	
	медленном,			шеренгу и сдача рапорта	учителя.	сигналу учителя.	
	среднем темпе, в			дежурным.	Выполняют ходьбу (под контролем	Осваивают и выполняют	
	полуприседе, с			Закрепление ходьбы, сохраняя	учителя). Выполняют	ходьбу в медленном,	
	различными			правильное положение тела.	общеразвивающие упражнения после	среднем темпе, в	
	положениями рук			Выполнение комплекса	неоднократного показа по прямому	полуприседе, с различными	

4	Ходьба в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук	1	утренней гимнастики. Выполнение бега в медленном темпе 80-100 м. Выполнение прыжков через шнур, начерченную линию. Подвижная игра с бросанием мяча	указанию учителя. Выполняют медленный бег за наиболее физически развитым обучающимся из 2 группы, ориентируясь на его пример. Осваивают и используют игровые умения	положениями рук. Выполняют общеразвивающие упражнения после показа учителя. Выполняют медленный бег. Осваивают и используют игровые умения
5	Бег с изменением темпа	1	Выполнение сдачи рапорта. Закрепление выполнения бега в колонне правильно держа туловище, работая руками, ставя стопу на носок, свободно двигаясь. Выполнение общеразвивающих упражнений со скакалкой. Коррекционная игра	Выполняют строевые действия по пошаговой/ поэтапной инструкции педагога. Удерживают правильное положение тела во время бега (с помощью учителя, при необходимости пошаговая инструкция учителя). Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения с предметом по показу. Участвуют в игре по инструкции учителя	Выполняют по показу учителя упражнения для развития переключаемости движений. Удерживают правильное положение тела во время бега. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения с предметом. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
6	Прыжки на месте, с продвижением вперед, в сторону, назад на одной ноге	1	Выполнение медленного бега с сохранением правильной осанки. Выполнение общеразвивающих упражнений с малыми мячами. Выполнение прыжков на одной ноге на месте и с продвижением. Метание мяча в цель. Подвижная игра с элементами бега и ведением и бросками волейбольного мяча	Удерживают правильное положение тела во время бега (пооперационный контроль выполнения действий). Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения с предметом по показу. Осваивают и используют игровые умения	Удерживают правильное положение тела во время бега. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения с предметом. Осваивают и используют игровые умения
7	Беговые	1	Выполнение ходьбы с	Выполняют ходьбу с изменением	Выполняют ходьбу с

	упражнения		изменением скорости. Выполнение бега в заданном направлении. Ознакомление с названием беговых упражнений и их выполнение. Эстафета с бегом	скорости. Выполняют различные виды бега: на носках, с высоким подниманием бедра и захлестыванием голени назад. Осваивают беговые упражнения выполняя на уменьшенном расстоянии. Участвуют в	изменением скорости. Выполняют различные виды бега: на носках, с высоким подниманием бедра и захлестыванием голени назад. Выполняют беговые
				соревновательной деятельности	упражнения. Участвуют в соревновательной деятельности
8	Прыжки с ноги на ногу до 10-15 м	1	Выполнение ходьбы на носках, на пятках. Выполнение бега в среднем темпе с переходом на ходьбу. Выполнение многоскоков. Подвижная игра на передачу мячей в колоннах	Выполняют ходьбу в умеренном темпе на носках, на пятках. Перепрыгивают с ноги на ногу на отрезках. Осваивают и используют игровые умения	Выполняют ходьбу в умеренном темпе на носках, на пятках. Перепрыгивают с ноги на ногу на отрезках. Осваивают и используют игровые умения
9	Ускорения до 30 м	1	Выполнение ходьбы перекатом с пятки на носок. Чередование бега и ходьбы на расстоянии. Повторение низкого старта, пробегание с максимально возможной скоростью и по возможности не снижение ее до финиша. Коррекционная подвижная игра	Выполняют ходьбы перекатом с пятки на носок. Выполняют бег с низкого старта. Участвуют в игре по инструкции учителя	Выполняют ходьбы перекатом с пятки на носок. Выполняют бег с низкого старта. Играют в подвижную игру после инструкции учителя

10	Прыжки через скакалку на двух, на одной ноге	1	Выполнение ходьбы с различным положением рук. Выполнение беговых упражнений. Пробегание под скакалкой, перешагивание, перепрыгивание с одной ноги на другую, перепрыгивание на двух ногах через медленно вращающуюся скакалку вперед,	Выполняют ходьбу с различным положением рук по показу и инструкции учителя. Выполняют прыжки через скакалку на двух ногах. Участвуют в игре по инструкции учителя	Выполняют ходьбу с различным положением рук по показу и инструкции учителя. Выполняют прыжки через скакалку на двух, на одной ноге. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
			с промежуточным подскоком. Подвижная игра с элементами общеразвивающих упражнений		
11	Бег с преодолением простейших препятствий	1	Выполнение ходьбы с изменением направлений по ориентирам и командам учителя. Выполнение бега с преодолением простейших препятствий. Подвижная игра с метанием	Выполняют ходьбу с изменением направлений по ориентирам и командам учителя. Выполняют бег с преодолением простейших препятствий. Осваивают и используют игровые умения	Выполняют ходьбу с изменением направлений по ориентирам и командам учителя. Выполняют бег с преодолением простейших препятствий. Осваивают и используют игровые умения
12	Челночный бег 3х10 м	1	Выполнение ходьбы с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра. Выполнение беговых упражнений. Выполнение челночного бега, демонстрирование техники высокого старта. Метание мячей с места левой и правой рукой	Выполняют ходьбу с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра по показу учителя. Выполняют челночный бег 3х10 м. Выполняют метание мячей с места левой и правой рукой	Выполняют ходьбу с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра по инструкции учителя. Выполняют челночный бег 3х10 м. Метают мячи с места левой и правой рукой
13	Прыжок в глубину	1	Выполнение ходьбы в медленном и быстром темпе.	Выполняют ходьбу в медленном и быстром темпе. Выполняют прыжки	Выполняют ходьбу в медленном и быстром

			Выполнение медленного бега. Выполнение прыжка технически правильно, отталкиваясь и приземляясь. Выполнение беговых упражнений. Метание с места в горизонтальную цель	после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий), прыгают на двух ногах на месте. Осваивают метание с места в горизонтальную цель, ориентируясь на образец выполнения	темпе. Выполняют прыжки после инструкции и показа учителя. Выполняют метание с места в горизонтальную цель
14	Прыжок с 3-5 беговых шагов в длину с разбега	1	Выполнение ходьбы с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями. Выполнение непрерывного бега в среднем темпе. Демонстрирование техники прыжка с разбега: правильно разбегаясь, сильно отталкиваясь и мягко приземляясь. Метание с места в вертикальную цель	Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями по показу учителя. Прыгают в длину с небольшого разбега. Выполняют метание после инструкции и неоднократного показа учителя	Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями. Прыгают с небольшого разбега в длину. Выполняют метание после инструкции и показа учителя
15	Бросок набивного мяча (вес до 1 кг) различными способами двумя руками	1	Ходьба со сменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т.д. Выполнение быстрого бега на скорость. Определение названия мяча, какие качества развивают упражнения с этим мячом. Выполнение броска, согласовывая движения рук и туловища	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения обучающего 2 группы или учителя. Бросают набивной мяч из различных исходных положений меньшее количество раз	Выполняют ходьбу со сменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т.д. Бросают набивной мяч из различных исходных положений
16	Чередование бега и быстрой ходьбы	1	Выполнение ходьбы змейкой, в полуприседе.	Удерживают правильное положение тела во время ходьбы (с помощью	Выполняют ходьбу змейкой, в полуприседе.

			Чередование бега и ходьбы по сигналу. Выполнение броска набивного мяча (вес до 1 кг) различными способами двумя руками	учителя). Выполняют чередование бега и ходьбы. Бросают набивной мяч из различных исходных положений меньшее количество раз	Выполняют чередование бега и ходьбы. Бросают набивной мяч из различных исходных положений
17	Прыжки в высоту с места толчком двух ног	1	Выполнение ходьбы приставным шагом правое/левое плечо вперед. Выполнение прямолинейного бега с параллельной постановкой стоп. Выполнение прыжка из правильного исходного положения. Метание теннисного мяча с места одной рукой на дальность	Выполняют ходьбу приставным шагом правое/левое плечо вперед, ориентируясь на образец выполнения обучающего 2 группы или учителя. Прыгают в высоту с места толчком двух ногпосле инструкции и неоднократного показа учителем	Выполняют ходьбу приставным шагом правое/левое плечо вперед по сигналу учителя. Прыгают в высоту с места толчком двух ног
			Гимнасти	ıка – 23 часа	
18	Осанка	1	Построение в шеренгу. Выполнение сдачи рапорта дежурным. Беседа о правильной осанке. Выполнение упражнений, направленные на формирования навыка правильной осанки. Подвижная игра с бегом	Получают элементарные теоретические сведения о правильной осанке, зрительно воспринимают и оценивают образец удержания правильной осанки. Выполняют практические задания с заданными параметрами (демонстрируют правильную осанку, подбирают ответы на вопрос по предоставленным карточкам) с помощью педагога. Участвуют в игре по инструкции учителя	Получают элементарные теоретические сведения о правильной осанке, зрительно воспринимают и оценивают образец удержания правильной осанки. Выполняют практические задания с заданными параметрами (демонстрируют правильную осанку, упражнения на формирования правильной осанки). Играют в подвижную игру после инструкции учителя

19	Физические качества	1	Построение в шеренгу. Выполнение сдачи рапорта дежурным. Беседа об основных физических качествах и упражнениях на их развитие	Выполняют построение по инструкции учителя. Просматривают и рассматривают наглядные материалы, слушают учителя о роли средств гимнастики для развития двигательных способностей и физических качеств человека	Выполняют построение по команде учителя. Просматривают и рассматривают наглядные материалы, слушают учителя о роли средств гимнастики для развития двигательных способностей и физических качеств человека
20	Построение в шеренгу по одному, равнение, перестроение в колонну по одному	1	Игровые задания на нахождение своего места в строю, выполнение строевой стойки, соблюдение интервала, выполнение строевых действия во время равнения, размыкание приставным шагом в сторону. Подвижная игра с бегом	Выполняют упражнение по показу учителя. Участвуют в игре по инструкции учителя	Выполняют упражнение по сигналу. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
21	Перестроение из колонны по одному в колонну по два и из колонны по два в колонну по одному в движении, с поворотом направо и налево	1	Игровые задания на нахождение своего места в строю. Перестроение в движении, соблюдение интервала и дистанции. Выполнение общеразвивающих упражнений с большим мячом. Подвижная игра с лазанием	Участвуют в игровой деятельности под контролем педагога. Выполняют упражнение по показу учителя, по пошаговой/ поэтапной инструкции педагога. Выполняют упражнения с предметами меньшее количество раз. Осваивают и используют игровые умения	Выполняют игровые задания по команде учителя. Выполняют упражнение по сигналу/ команде учителя, ориентируюсь на зрительно-пространственные опоры. Выполняют упражнения с предметами по показу учителя. Осваивают и используют игровые умения
22	Размыкание от середины на вытянутые руки	1	Выполнение размыкания по команде учителя, выполнение наклонов, поворотов туловища	Выполняют основные положения и движения рук, ног, туловища, головы с наименьшим количеством	Выполняют основные положения и движения рук, ног, туловища, головы

	приставными шагами вправо, влево. Основные положения и движения рук, ног, туловища, головы: асимметричные движения рук		в сочетании с движениями рук и ног, выпадов правой и левой ногой, переходов из упора присев в упор лежа, приседаний, наклонов головы. Подвижная игра с прыжками	повторений, по возможности. Осваивают и используют игровые умения	после показа учителем. Осваивают и используют игровые умения
23	Повороты «направо», «налево». Ходьба и бег «змейкой»	1	Ориентирование в схеме своего тела. Совершенствование функции дыхания во время ходьбы и бега	Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений. Выполняют ходьбу и бег «змейкой»	Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений. Выполняют ходьбу и бег «змейкой»
24	Лазание по гимнастической стенке вверх-вниз разноименным способом, с одновременной перестановкой руки и ноги	1	Выполнение коррегирующих упражнений на дыхание. Выполнение лазания по гимнастической стенке разноименным способом ставя ноги на каждую рейку или через одну. Коррекционная игра	Выполняют коррегирующих упражнений на дыхание. Выполняют упражнения в лазание на меньшую высоту. Участвуют в игре по инструкции учителя	Выполняют коррегирующих упражнений на дыхание. Выполняют упражнения в лазание. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
25	Ползание на четвереньках в медленном темпе по горизонтальной гимнастической скамейке	1	Выполнение упражнений на равновесие. Передвижение по гимнастической скамейке, приняв правильное положение упора. Подвижная игра с элементами лазания	Выполняют упражнения в равновесии по показу учителя, по возможности. Выполняют упражнения в ползании, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Осваивают и используют игровые умения	Выполняют упражнения в равновесии по инструкции учителя. Выполняют упражнения в ползании после инструкции учителя. Осваивают и используют игровые умения
26	Упражнения с гимнастическими	1	Выполнение упражнений с гимнастической палкой:	Выполняют упражнения с гимнастической палкой после	Выполняют упражнения с гимнастической палкой

	палками		удержание гимнастической палки двумя руками хватом снизу и сверху, над головой, на уровне лопаток, перекладывание, поднимание, подбрасывание и ловля, перешагивание. Выполнение ползания на четвереньках в медленном темпе по горизонтальной гимнастической скамейке	неоднократного показа по прямому указанию учителя. Выполняют ползание на четвереньках в медленном темпе по горизонтальной гимнастической скамейке с помощью учителя, по возможности	после показа учителем. Выполняют ползание на четвереньках в медленном темпе по горизонтальной гимнастической скамейке по показу учителя
27	Упражнения на формирования правильной осанки	1	Выполнение различных видов ходьбы с изменением положений рук, ходьбы по гимнастической скамейке, перешагивание через предметы. Эстафеты с мячом	Выполняют упражнения для расслабления мыщц, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Участвуют в соревновательной деятельности	Выполняют упражнения для расслабления мыщц по показу и инструкции учителя. Участвуют в соревновательной деятельности
28	Тренировка дыхания	1	Выполнение перестроения из колонны по одному в колонну по два и из колонны по два в колонну по одному в движении, с поворотом направо и налево. Выполнение дыхательных упражнений в ходьбе и беге. Коррекционная подвижная игра	Выполняют упражнение по показу учителя, по пошаговой/ поэтапной инструкции педагога. Получают элементарные сведения о правилах дыхания во время ходьбы и бега. Участвуют в игре по инструкции учителя	Выполняют упражнение по сигналу/ команде учителя, ориентируюсь на зрительно-пространственные опоры. Получают элементарные сведения о правилах дыхания во время ходьбы и бега. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
29	Ходьба с предметом на голове, сохраняя правильную осанку	1	Выполнение упражнений с гимнастической палкой. Удержание в ходьбе предмета на голове, сохраняя правильную осанку	Выполняют упражнения с предметом меньшее количество повторений. Выполняют ходьбу с предметом на голове, сохраняя правильную осанку по прямому указанию учителя.	Выполняют упражнения с предметом по инструкции учителя. Выполняют ходьбу с предметом на голове, сохраняя правильную

					осанку
30	Упражнения для развития пространственно- дифференцировки	1	Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения, выполнение ходы и бега между различными ориентирами, прохождение по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам	Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений с помощью учителя, по возможности	Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений по показу учителя
31	Упражнения для развития точности движений	1	Выполнение упражнений на равновесие. Выполнение ходьбы по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам. Подвижная игра с бегом	Выполняют по показу учителя упражнения для развития точности движений и равновесия, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Участвуют в игре по инструкции учителя	Выполняют упражнения для развития точности движений и равновесия, ориентируясь на образец выполнения учителем. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
32	Упражнения с обручем	1	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
33	Подлезание под препятствием высотой до 1 м	1	Выполнение упражнений с обручем. Выполнение подлезания под препятствием, используя	Выполняют упражнения с предметами после неоднократного показа по прямому указанию учителя. Выполняют подлезание под	Выполняют упражнения с предметами после показа учителем. Выполняют подлезание под

34	Перелезание через гимнастического козла, гимнастическое бревно	1	способ движения: в опоре на предплечья, по-пластунски. Эстафеты с обручем Выполнение упражнения в перелезаниис опорой на грудь (живот) через препятствия. Подвижная игра с элементами общеразвивающих упражнений	препятствием высотой 40-50 см, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Участвуют в соревновательной деятельности Преодолевают препятствия с помощью учителя, по возможности. Участвуют в игре по инструкции учителя	препятствием высотой 40-50 см. Участвуют в соревновательной деятельности Преодолевают препятствия после инструкции учителя. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
35	Ходьба по гимнастической скамейке прямо, правым, левым боком с различными положениями рук, с мячом в руках, бросанием и ловлей	1	Выполнение комплекса упражнений типа зарядки. Сохранение равновесия на ограниченной поверхности, выполняя передвижения, двигательные действия с мячом	Выполняют комплекс меньшее количество повторений. Выполняют ходьбу по гимнастической скамейке прямо, правым, левым боком с различными положениями рук после неоднократного показа по прямому указанию учителя	Выполняют комплекс упражнений по показу учителя. Выполняют ходьбу по гимнастической скамейке прямо, правым, левым боком с различными положениями рук самостоятельно
36	Ходьба по гимнастической скамейке парами	1	Выполнение упражнений для развития мышц кистей рук и пальцев. 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
37	Ходьба по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам	1	Выполнение упражнений сохраняя равновесие и преодолевая препятствия. Подвижная игра с бегом и прыжками	Выполняют упражнения на равновесие, преодолевают препятствия с помощью учителя. Участвуют в игре по инструкции учителя	Выполняют упражнения на равновесие, преодолевают препятствия по инструкции учителя. Играют в подвижную игру после инструкции учителя

38	Расхождение	1	Виполими упражимий	Втиголиятот упраживния на	RUMOHUGIOT VIIDANCIIAIVIG VA
30		1	Выполнение упражнений сохраняя равновесие при	Выполняют упражнения на равновесие после неоднократного	Выполняют упражнения на равновесие после показа
	вдвоем поворотом		1 1 1	-	-
	при встрече на		выполнении упражнения на	показа по прямому указанию	учителем. Участвуют в
	гимнастической		гимнастической скамейке	учителя. Участвуют в игровых	соревновательной
20	скамейке		7	заданиях (в паре)	деятельности
39	Стойка на одной	1	Выполнения упражнения в	Преодолевают препятствия с	Преодолевают препятствия
	ноге, другая		перелезаниис опорой на грудь	помощью учителя, по возможности.	после инструкции учителя.
	согнута вперед,		(живот) через препятствия.	Выполняют упражнения в	Выполняют упражнения на
	руки в различных		Удержание равновесия при	равновесии после неоднократного	равновесие
	исходных		выполнении стойки на одной	показа учителя	
	положениях		ноге с различными		
			положениями рук		
40	Переноска грузов	1	Выполнение упражнений с	Выполняют упражнения с	Выполняют упражнения с
			обручем. Выполнение	предметами после неоднократного	предметами после показа
			подлезания под препятствием,	показа по прямому указанию учителя	учителем.
			используя способ движения: в	Выполняютподлезание под	Выполняют подлезание под
			опоре на предплечья, по-	препятствием высотой 40-50 см,	препятствием высотой 40-
			пластунски. Выполнение	ориентируясь на образец выполнения	50 см.
			упражнений в переноске	учителем и/или обучающимися 2	Переносят груз и передают
			набивных мячей, общим весом	группы.	предметы
			до 5 кг на расстояние 10-15 м,	Переносят груз и передают предметы	
			матов, скамеек	с помощью учителя	
				- 4 часа	
41	Игры с	1	Подвижные игры на	Выполняют общеразвивающие	Выполняют
	элементами	•	выполнение упражнений в беге	упражнения с предметами меньшее	общеразвивающие
	корригирующих		в различных направлениях, на	количество повторений.	упражнения с предметами.
	упражнений:		скорость не наталкиваясь, друг	Выполняют ходьбу по двум	Выполняют ходьбу по двум
	«Ловишки-		на друга, выполнение действий	параллельно поставленным	параллельно поставленным
	хвостики»,		по сигналу и согласно правилам	гимнастическим скамейкам с	гимнастическим скамейкам.
	«Салки»		игры.	помощью педагога. Участвуют в	Участвуют в различных
	>		Выполнение общеразвивающих	различных видах игр по инструкции	видах игр после
			упражнений с малыми мячами.	и по показу учителя, ориентируясь на	инструкции и показа
L			Jipanarellini e manbimii mii tamii.	in no nonasy y interia, opneminpyweb na	ппотрукции и показа

42	Игры с элементами корригирующих упражнений: «Ловишки-хвостики», «Салки»	1	Выполнение ходьбы по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам.	поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя)	учителя
43	Игры на развитие внимания, памяти, точности движений: «Школа мяча»	1	Выполнение упражнений со скакалкой. Бросание и ловля мяча из разных положений, двумя руками, правой и левой рукой. Выполнение прыжков через	Выполняют упражнения со скакалкой по возможности. Осваивают и используют игровые умения. Осваивают прыжки через скакалку по возможности	Выполняют упражнения со скакалкой по показу учителя. Осваивают и используют игровые умения. Прыгают через скакалку на
44	Игры на развитие внимания, памяти, точности движений: «Школа мяча»	1	скакалку на двух ногах.		двух ногах
			Лыжная подго	отовка – 18 часов	
45	Техника безопасности и правила поведения на лыжне	1	Беседа о правилах обращения с лыжным инвентарем и техники 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 учителя	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

47	Совершенствова ние техники выполнения строевых команд и приемов Совершенствова ние техники выполнения строевых команд	1	Тренировочные упражнения в подборе лыжного инвентаря и одежды к занятию. Выполнение строевых команд с лыжами и на лыжах, надевание и снимание лыж и палок	Готовятся к занятию, выбирают лыжи и палки с помощью учителя Выполняют строевые команды по сигналу учителя	Готовятся к занятию, выбирают лыжи и палкиВыполняют строевые команды по сигналу учителя
48	и приемов Передвижение в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию	1	Построение в шеренгу с лыжами у ноги. Повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне. Тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря. Переступание на лыжах вокруг пяток.	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. Одевают лыжный инвентарь. Выполняют переступание на лыжах по показу учителя
49	Подготовка к передвижению на лыжах	1	Построение в шеренгу с лыжами у ноги. Повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне. Ухаживание за лыжным инвентарем, одевание его. Переступание на лыжах вокруг пяток, носков, приставной шаг вправо, влево	Выполняют построение с лыжами. Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя, по возможности самостоятельно. Выполняют переступание на лыжах (по возможности)	Выполняют построение с лыжами. Одевают лыжный инвентарь самостоятельно. Выполняют переступание на лыжах по показу учителя
50	Совершенствова ние техники выполнения ступающего	1	Построение в шеренгу с лыжами у ноги. Повторение безопасного способа переноски лыж при	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на

	шага без палок и с палками		движении в колонне. Тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря. Выполнение ступающего шага: перекрестная координация движений рук и ног, перенос тяжести тела с одной ноги на	учителя. Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя Передвигаются на лыжах ступающим шагом	плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. Одевают лыжный инвентарь. Передвигаются по лыжне ступающим шагом
			другую, правильное положение туловища и головы		
51	Совершенствова ние техники выполнения скользящего шага без палок и с палками Совершенствова ние техники выполнения скользящего шага без палок и с палками	1	Построение в шеренгу с лыжами у ноги. Повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне. Одевание лыжного инвентаря. Передвижение на лыжах свободным, накатистым шагом без палок и с палками	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя Передвигаются на лыжах скользящим шагом	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. Одевают лыжный инвентарь. Передвигаются по лыжне скользящим шагом
53	Прохождение отрезков на время от 200до 300 м	1	Построение в шеренгу с лыжами у ноги. Повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне. Одевание лыжного инвентаря.	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. Одевают лыжный инвентарь с	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по

54	Прохождение отрезков на время от 200до 300 м	1	Прохождение на лыжах отрезков на скорость	помощью учителя. Осваивают выполнение попеременного двухшажного хода (по возможности) после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий)	сигналу учителя. Одевают лыжный инвентарь. Выполняют попеременный двухшажный ход после инструкции и показа учителя
55	Спуск в высокой стойке со склона, подъем «лесенкой» с соблюдением техники безопасности	1	Построение в шеренгу с лыжами у ноги. Переход на учебную лыжню в колонне по одному. Освоение называния способа подъема на лыжах. Сохранение равновесия при спуске со склона в высокой	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя. Спускаются в высокой стойке со	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. Одевают лыжный
36	Спуск в высокой стойке со склона, подъем «лесенкой» с соблюдением техники безопасности	1	стойке, демонстрирование техники подъема «лесенкой»	склона, подъем ступающим шагом с соблюдением техники безопасности	инвентарь. Выполняют спуск в высокой стойке со склона, подъем «лесенкой» с соблюдением техники безопасности
57	Спуск в высокой стойке со склона, подъем «лесенкой» с соблюдением техники безопасности	1			

58	Повороты	1	Построение в шеренгу с	Выполняют построение с лыжами.	Выполняют построение с
	переступанием в		лыжами у ноги.	Передвигаются в колонне по одному	лыжами.
	движении		Переход на учебную лыжню в	с лыжами на плече и под рукой,	Передвигаются в колонне
			колонне по одному.	соблюдая дистанцию по сигналу	по одному с лыжами на
50	П	1	Передвижение по учебному	учителя.	плече и под рукой,
59	Повороты	1	кругу ступающим и	Одевают лыжный инвентарь с	соблюдая дистанцию по
	переступанием в		скользящим шагом.	помощью учителя. Выполняют	сигналу учителя.
(0)	движении	1	Выполнение упражнения,	повороты на лыжах на месте	Одевают лыжный
60	Повороты	1	демонстрирую уверенное		инвентарь. Выполняют
	переступанием в		отрывание от снега лыжи,		поворот переступанием в
	движении		наклон в сторону поворота и		движении.
			вперед, сильно отталкиваясь от		
			лыжи		
61	Прохождение на	1	Построение в шеренгу с	Выполняют построение с лыжами.	Выполняют построение с
	лыжах за урок от		лыжами у ноги.	Передвигаются в колонне по одному	лыжами. Передвигаются в
	0,5 до 0,8 км		Переход на учебную лыжню в	с лыжами на плече и под рукой,	колонне по одному с
			колонне по одному.	соблюдая дистанцию по сигналу	лыжами на плече и под
62	Прохождение на	1	Прохождение дистанции на	учителя.	рукой, соблюдая
	лыжах за урок от		лыжах за урок	Одевают лыжный инвентарь с	дистанцию по сигналу
	0,5 до 0,8 км			помощью учителя. Преодолевают	учителя. Одевают лыжный
				дистанцию в произвольном темпе	инвентарь. Преодолевают
					дистанцию в быстром
					темпе
(2	n	1		– 22 часа	
63	Значение и	1	Беседа об основных средствах и	Отвечают на вопросы по	Отвечают на вопросы по
	основные		правилах закаливания	прослушанному материалу с опорой	прослушанному материалу.
	правила		организма.	на визуальный план (с	Выполняют построения и
	закаливания		Передвижение, исполнение	использованием системы игровых,	перестроения в шеренгу,
			команд в колонне сохраняя	сенсорных поощрений. Выполняют построение с помощью	колонну, круг, осваивают строевые действия в
			дистанцию и равнение в затылок.	педагога. Отвечают на вопросы	шеренге и колонне.
			Знакомство с бегом в	односложно. Передвигаются в	Осваивают правила игры
			чередовании с ходьбой.	колонне бегом в чередовании с	Осваивают правила игры
			Подвижная игра на внимание	ходьбой по указанию учителя.	
			тодвижная игра на внимание	лодьоой по указанию учителя.	

				Участвуют в подвижной игре по инструкции учителя	
64	Значение утренней гимнастики	1	Выполнение поворотов на месте налево и направо переступанием. Выполнение ритмичной ходьбы с сохранение заданного темпа ходьбы. Выполнение общеразвивающих упражнений типа зарядки. Подвижная игра с бегом	Выполняют простые виды построений, осваивают на доступном уровне строевые действия в шеренге и колонне (с помощью учителя). Выполняют ходьбу с изменением скорости. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики) с помощью педагога. Участвуют в подвижной игре по инструкции и показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий	Выполняют построения и перестроения в шеренгу, колонну, осваивают действия в шеренге и колонне. Выполняют ходьбу с изменением скорости. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики). Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя
65	Перемещение на площадке в пионерболе, прием и передача мяча двумя руками у стены и в парах	1	Знакомство с игрой пионербол. Выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев. Выполнение перемещений на площадке игроков в пионерболе, выполнение приема и передачи мяча двумя руками у стены и в парах	Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев (по возможности). Выполняют перемещения на площадке с помощью педагога. Осваивают и используют игровые умения (взаимодействие с партнером)	Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев. Выполняют перемещения на площадке. Осваивают и используют игровые умения
66	Бросок мяча через сетку одной рукой и ловля двумя руками после подачи	1	Выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев. Освоение перемещений на площадке игроков в пионерболе. Выполнение бросков мяча через сетку одной рукой и ловля	Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев (по возможности). Выполняют перемещения на площадке с помощью педагога. Осваивают и используют игровые умения	Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев. Выполняют перемещения на площадке. Осваивают и используют игровые умения

			двумя руками после подачи		
67	Изучение техники подачи мяча в пионерболе	1	Выполнение перемещений на площадке игроков в пионерболе, выполнение приема и передачи мяча двумя руками у стены и в парах.	Выполняют перемещения на площадке с помощью педагога. Выполняют прием и передачу мяча у стены по инструкции и показа учителя.	Выполняют перемещения на площадке с помощью педагога. Выполняют прием и передачу мяча в паре.
68	Изучение техники подачи мяча в пионерболе	1	Выполнение подачи мяча в игре	Осваивают и используют игровые умения (подача мяча в пионерболе)	Осваивают и используют игровые умения (подача мяча в пионерболе)
69	Изучение техники подачи мяча в пионерболе	1			
70	Розыгрыш мяча на три паса в пионерболе	1	Выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев. Освоение перемещений на площадке игроков в пионерболе.	Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев (по возможности). Выполняют перемещения на площадке с помощью педагога. Выполняют упражнения с мячом по	Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев. Выполняют перемещения на площадке. Выполняют упражнения с
71	Розыгрыш мяча на три паса в пионерболе	1	мяча двумя руками у стены и в парах.	инструкции и по показу учителя	мячом после инструкции и показа учителя
72	Розыгрыш мяча на три паса в пионерболе	1	Определение способов розыгрышей мяча на три паса в пионерболе		
73	Учебная игра в пионербол	1	Выполнение бросков мяча через сетку одной рукой и ловля двумя руками после подачи. Выполнение игровые действия соблюдая правила игры	Выполняют упражнения с мячом по инструкции и по показу учителя Осваивают и используют элементарные игровые техникотактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником)	Выполняют упражнения с мячом после инструкции и показа учителя. Осваивают и используют элементарные игровые технико-тактические взаимодействия (выбор

74	Учебная игра в пионербол	1			места, взаимодействие с партнером, командой и
75	Учебная игра в пионербол	1			соперником)
76	Игры с элементами общеразвивающ их и корригирующих упражнений: «Фигур», «Светофор»	1	Выполнение ходьбы со сменой положения рук. Выполнение упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп. Подвижные игры на освоение основных цветов, выполнение действий по сигналу учителя, выполнение перебежек	Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя. Выполняют упражнения наименьшее количество раз. Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя)	Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя. Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя. Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя
77	Игры с метанием мяча «Подвижная цель», «Обгони мяч»	1	Ходьба с хлопками. Выполнение упражнений с волейбольным мячом. Подвижные игры на выполнение передачи — ловли мяча, согласование свои действия с действиями других игроков, соизмерение бросков с расстоянием до цели	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют 5-6 упражнения с мячом. Осваивают и используют игровые умения	Выполняют ходьбу по показу учителя. Выполняют упражнения по инструкции учителя. Осваивают и используют игровые умения
78	Подвижные игры на развитие основных движений- бега: «Пусто место», «Бездомный заяц»	1	Выполнение ходьбы с различным положением рук. Выполнение беговых упражнений. Подвижные игры на выполнение бега в различных направлениях, быстрое ориентирование в пространстве	Выполняют ходьбу с различным положением рук по показу и инструкции учителя. Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя)	Выполняют ходьбу с различным положением рук по показу и инструкции учителя. Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя

79	Подвижные игры на развитие основных движений-прыжков: «Волк во рву», «Рыбаки и рыбки»	1	Выполнение медленного бега с сохранением правильной осанки. Выполнение общеразвивающих упражнений с малыми мячами. Выполнение прыжков на одной ноге на месте и с продвижением. Подвижные игры на взаимодействие согласно правилам игры, перепрыгивание через препятствия	Удерживают правильное положение тела во время бега (пооперационный контроль выполнения действий). Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения с предметом по показу. Участвуют в подвижной игре под контролем учителя	Удерживают правильное положение тела во время бега. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения с предметом. Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя
80	Подвижные игры на развитие основных движений-перелезания: «Наседка и цыплята», «Зайцы, сторож и Жучка»	1	Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения, выполнение ходы и бега между различными ориентирами. Выполнение упражнений с обручем. Перелезание через препятствия различным способом в зависимости от	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. Осваивают и используют игровые умения	Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений по показу учителя. Выполняют упражнения с предметами после показа учителем.
81	Подвижные игры на развитие основных движений-перелезания: «Наседка и цыплята», «Зайцы, сторож и Жучка»	1	высоты		Осваивают и используют игровые умения
82	Эстафета с мячом	1	Выполнение ходьбы змейкой, в полуприседе. Чередование бега и ходьбы по	Удерживают правильное положение тела во время ходьбы (с помощью учителя). Выполняют чередование	Выполняют ходьбу змейкой, в полуприседе. Выполняют чередование

83	Подвижная игра «Филин и пташки»	1	сигналу. Выполнение броска набивного мяча (вес до 1 кг) различными способами двумя руками. Эстафеты на взаимодействие с товарищами Выполнение ходьбы с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями. Выполнение непрерывного бега в среднем темпе. Подвижная игра на выполнение спрыгиваний с предметов приподнятых над землей,	бега и ходьбы. Бросают набивной мяч из различных исходных положений меньшее количество раз. Осваивают и используют игровые умения Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями по показу учителя. Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная	бега и ходьбы. Бросают набивной мяч из различных исходных положений. Осваивают и используют игровые умения Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями. Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя
			, ,,	1	
			_	1	
83	Полвижная игра	1	<u> </u>	,	
	-				_
	пташки»				
			1 -		
			Выполнение непрерывного бега	инструкции и по показу учителя,	Участвуют в различных
			в среднем темпе.	ориентируясь на поэтапный показ	видах игр после
				` -	инструкции и показа
				l * * * * * * * * * * * * * * * * * * *	учителя
				1	
			быстрое ориентирование в	инструкция учителя)	
			пространстве, взаимодействие		
0.4	П	1	согласно правилам игры	P	D
84	Подвижная игра	1	Выполнение упражнений	Выполняют упражнения на	Выполняют упражнения на
	«Бой петухов»		сохраняя равновесие и преодолевая препятствия.	равновесие, преодолевают препятствия с помощью учителя.	равновесие, преодолевают препятствия по инструкции
			Подвижная игра на	Осваивают и используют	учителя. Осваивают и
			взаимодействие согласно	элементарные игровые технико-	используют элементарные
			правилам игры	тактические взаимодействия (выбор	игровые технико-
			привизим птрві	места, взаимодействие с партнером,	тактические
				командой и соперником)	взаимодействия (выбор
				1	места, взаимодействие с
					партнером, командой и
					соперником)
			Легкая атле	тика – 18 часов	
85	Техника бега по	1	Выполнение ходьбы с	Выполняют ходьбу с изменением	Выполняют ходьбу с
	дистанции		перешагиванием через большие	направлений по ориентирам и	перешагиванием через
			мячи с высоким подниманием	командам учителя.	большие мячи с высоким

86	Техника бега по дистанции	1	бедра. Выполнение беговых упражнений. Выполнение прямолинейного бега на носках с хорошей осанкой	Выполняют прямолинейный бег с параллельной постановкой стоп	подниманием бедра по инструкции учителя. Выполняют прямолинейный бег с параллельной постановкой стоп
87	Техника высокого старта	1	Выполнение ходьбы с перешагиванием через большие	Выполняют ходьбу с изменением направлений по ориентирам и	Выполняют ходьбу с перешагиванием через
88	Техника высокого старта	1	мячи с высоким подниманием бедра. Выполнение беговых упражнений. Выполнение высокого старта, вовремя начинать бег	командам учителя. Начинают бег с высокого старта	большие мячи с высоким подниманием бедра по инструкции учителя. Начинают бег с высокого старта
89	Техника низкого старта	1	Выполнение ходьбы перекатом с пятки на носок. Чередование бега и ходьбы на	Выполняют ходьбы перекатом с пятки на носок. Осваивают бег с низкого старта, ориентируясь на	Выполняют ходьбы перекатом с пятки на носок. Выполняют бег с
90	Техника низкого старта	1	расстоянии. Освоение техники низкого старта, пробегание с максимально возможной скоростью и по возможности не снижение ее до финиша. Коррекционная подвижная игра	поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя). Участвуют в игре по инструкции учителя	низкого старта. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
91	Прыжок в высоту с 3-5 беговых шагов разбега	1	Выполнение ходьбы с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями.	Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями по показу учителя. Осваивают прыжок в высоту с	Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями.
92	Прыжок в высоту с 3-5 беговых шагов разбега	1	Выполнение непрерывного бега в среднем темпе. Демонстрирование техники прыжка в высоту.	прямого разбега способом «перешагивание», ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция	Прыгают в высоту с прямого разбега способом «перешагивание» после показа учителем

				учителя).	
93	Метание теннисного мяча правой и левой рукой в цель	1	Выполнение ходьбы с изменением направлений по ориентирам и командам учителя. Выполнение бега с преодолением простейших	Выполняют ходьбу с изменением направлений по ориентирам и командам учителя. Выполняют бег с преодолением простейших препятствий. Выполняют метание	Выполняют ходьбу с изменением направлений по ориентирам и командам учителя. Выполняют бег с преодолением простейших препятствий.
94	Метание теннисного мяча правой и левой рукой в цель	1	препятствий. Метание теннисного мяча в цель правой и левой рукой	теннисного мяча в цель по показу	Выполняют метание теннисного мяча в цель после инструкции и показа учителя
95	Метание теннисного мяча на дальность	1	Выполнение ходьбы с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями. Выполнение непрерывного бега	Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями по показу учителя. Удерживают правильное положение тела в процессе выполнения метания	Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями. Удерживают правильное
96	Метание теннисного мяча на дальность	1	в среднем темпе. Метание теннисного мяча на дальность с места правой и	(под контролем учителя)	положение тела в процессе выполнения метания
97	Метание теннисного мяча на дальность	1	левой рукой		
98	Эстафетный бег	1	Выполнение ходьбы со сменой положения рук. Выполнение упражнений для	Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя. Выполняют упражнения	Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя.
99	Эстафетный бег	1	укрепления голеностопных суставов и стоп. Преодоление своего этап и передача эстафетной палочки участнику своей команды	наименьшее количество раз. Участвуют в соревновательной деятельности по возможности (участвуют в эстафете)	Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя. Участвуют в соревновательной деятельности(участвуют в эстафете)
100	Бег на скорость до 60 м	1	Выполнение беговых упражнений.	Выполняют специально- беговые упражнения (по возможности) на	Выполняют специально- беговые упражнения по

			Выполнение ускорения на дистанции в 30 м с низкого	укороченной дистанции. Выполняют бег с низкого старта на меньшей	показу учителя и инструкции. Выполняют
			старта	дистанции	бег с низкого старта
101	Бег на выносливость: кроссовый бег, чередующийся с быстрой ходьбой	1	Выполнение специально- беговых упражнений. Выполнение равномерного бега по длинной дистанции. Правильное удерживание	Выполняют специально- беговые упражнения (по возможности). Выполняют медленный бег в чередовании с ходьбой	Выполняют специально- беговые упражнения Выполняют медленный бег
102	Бег на выносливость: кроссовый бег, чередующийся с быстрой ходьбой	1	корпуса и рук в медленном беге в сочетании с дыханием		

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 364594085773079485149359994365539118177086968174

Владелец Волкова Наталья Ивановна

Действителен С 12.10.2025 по 12.10.2026