

**Приложение  
к АООП образования обучающихся с  
умеренной, тяжелой и глубокой  
умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями),  
тяжёлыми и множественными  
нарушениями развития  
(вариант 2)**

**Государственное бюджетное учреждение Калининградской области  
общеобразовательная организация для обучающихся, воспитанников с  
ограниченными возможностями здоровья «Школа-интернат №1»**

**Рабочая программа учебного предмета  
«Адаптивная физкультура»  
4 класс**

**Учитель: Опалинская О.Э.  
Первая квалификационная категория**

**Пояснительная записка**

Рабочая программа учебного предмета «Адаптивная физкультура» для обучающихся 4 класса составлена на основе федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (ФАООП УО), которая является учебно-методической документацией, определяющей рекомендуемые федеральным государственным образовательным стандартом объем и содержание образования, планируемые результаты освоения образовательной программы, примерные условия образовательной деятельности.

Нормативно-правовую базу разработки рабочей программы учебного предмета «Адаптивная физкультура» составляют:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» N 273-ФЗ;
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (приказ Министерства образования и науки РФ от 19.12.2014 год №1599) ;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 24 ноября 2022г. №1026 «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Закон Калининградской области от 01.07.2013 № 241 «Об образовании в Калининградской области» (с изменениями на 28 сентября 2020 года);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 22 марта 2021 г. N 115 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования";
- Устав ГБУ КО «Школы-интерната №1»;
- Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжёлыми и множественными нарушениями развития (вариант 2) ГБУ КО «Школы-интерната №1».

**Цель:** повышение двигательной активности обучающихся и обучение использованию полученных навыков в повседневной жизни.

**Задачи:**

- создавать условия для формирования необходимых в разнообразной двигательной деятельности знаний, умений, навыков и воспитание сознательного отношения к их использованию;
- формирование и совершенствование основных и прикладных двигательных навыков;
- играть в спортивные игры;
- укрепление и сохранение здоровья обучающихся, профилактика болезней и возникновения вторичных заболеваний;
- создавать условия для совершенствования двигательных, интеллектуальных, волевых и эмоциональных навыков;
- создавать условий для воспитания нравственных качеств, приучения к дисциплинированности, организованности, ответственности, элементарной самостоятельности;
- способствовать общему сенсорному развитию высших психических функций, формированию положительной мотивации к учению, речевой активности у школьников в условиях совместной учебно - игровой деятельности;
- создавать атмосферу принятия и взаимопонимания в коллективе.

## **Общая характеристика учебного предмета «Адаптивная физкультура»**

Одним из важнейших направлений работы с ребенком, имеющим умственную отсталость, ТМНР, является физическое развитие, которое происходит на занятиях по адаптивной физической культуре.

Физическое воспитание отличается от других видов воспитания тем, что в его основе лежит обучение упорядоченным двигательным действиям, развитие физических способностей и формирование связанных с ними знаний. Специфичность понятия «адаптивная физическая культура» выражается в дополняющем определении «адаптивная», что подчеркивает ее предназначение для людей с отклонениями в состоянии здоровья, включая школьников с выраженным недоразвитием интеллекта. Это предполагает, что физическая культура во всех ее проявлениях должна стимулировать позитивные реакции в системах и функциях организма, формируя тем самым необходимые двигательные координации, физические качества и способности, направленные на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование организма учащегося. В соответствии с этой целью обучения данному предмету является освоение учащимися системы двигательных координаций, физических качеств и способностей, направленных на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование его организма. Обучение организуется с учетом климатических и сезонных изменений в природе. На уроках формируются элементарные двигательные функции, выполняемые совместно с учителем, по подражанию его действиям, по образцу, а также первичные элементарные представления о здоровье и здоровом образе жизни, о безопасности движений во время занятий физической культурой.

В основу обучения положена система простейших физических упражнений, направленных на коррекцию дефектов физического развития и моторики, укрепление здоровья, выработку жизненно необходимых двигательных умений и навыков у учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью. Необходимо отметить, что учащиеся этой категории имеют значительные отклонения в физическом и двигательном развитии. Это сказывается на содержании и методике уроков адаптивной физической культуры. Замедленность психических процессов, конкретность мышления, нарушения памяти и внимания обуславливают чрезвычайную медлительность образования у них двигательных навыков.

Организационная структура уроков:

Основной формой работы по адаптивному физическому воспитанию в школе является урок. Каждый урок должен планироваться в соответствии со следующими принципами:

- постепенное повышение нагрузки и переход к успокоительным упражнениям в конце урока;
- чередование различных видов упражнений;
- подбор упражнений, соответствующих возрасту и развитию учащихся.

Урок включает в себя содержание разделов как «Коррекционные подвижные игры», «Физическая подготовка». В работе с обучающимися с умеренной и тяжелой умственной отсталостью целесообразно применять специальные педагогические приемы, направленные на развитие интеллектуальной деятельности: название движений. При планировании занятий учитываются возможности проведения их на свежем воздухе.

Кроме уроков, «Адаптивная физкультура» включает мероприятия по соблюдению режима дня, внеклассную и внешкольную физкультурную работу.

Обязательным требованием является обеспечение систематического медицинского контроля за физическим развитием и состоянием здоровья обучающихся. Помещение, отведенное для занятий «Адаптивной физкультурой», должно соответствовать установленным санитарно-гигиеническим нормам, быть оборудовано современным спортивным инвентарем, пособиями и аптечкой первой помощи.

На всех уроках должны быть предприняты меры для предупреждения несчастных случаев.

Чтобы обучающиеся усвоили алгоритм выполнения упражнений и инструкции педагога, требуется многократное повторение, сочетающееся с правильным показом. Упражнения, подвижные игры, игры с элементами спорта подбираются таким образом, чтобы они состояли из простых элементарных движений. Характерной особенностью обучающихся с умеренной и

тяжелой умственной отсталостью является инертность нервных процессов, их стереотипность и обусловленные этим трудности переключения с одного действия на другое. Попадая в непривычную для них обстановку, обучающиеся не могут воспроизвести даже хорошо знакомые физические упражнения. Поэтому при планировании уроков необходимо предусмотреть разучивание одних и тех же упражнений в различных условиях.

Каждый урок должен планироваться в соответствии с основными дидактическими требованиями: постепенное повышение нагрузки и переход в конце урока к упражнениям на расслабление и дыхание; чередование различных видов упражнений, подбор упражнений, соответствующих возможностям учащихся.

### **Описание места учебного предмета в Учебном плане**

Учебный предмет «Адаптивная физкультура» входит в обязательную часть учебного плана – предметную область «Физическая культура».

Реализация рабочей программы учебного предмета «Адаптивная физкультура» рассчитана на 68 часов, (34 учебные недели, по 2 часа в неделю.)

### **Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета «Адаптивная физкультура»**

#### **Личностные результаты:**

- основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определенному полу, осознание себя как «я»;
- социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
- формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир в его органичном единстве и разнообразии природной и социальной частей;
- формирование уважительного отношения к окружающим;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично – изменяющемся и развивающемся мире;
- освоение доступных социальных ролей (обучающегося, сына (дочери), пассажира, покупателя), развитие мотивов учебной деятельности и формирования личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

#### **Предметные результаты:**

- восприятие собственного тела, осознание своих физических возможностей и ограничений;
- освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять, передвигаться (с использованием технических средств);
- освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей;
- совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости;
- умение радоваться успехам: выше прыгнул, быстрее пробежал.
- соотнесение самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью;
- умение определять свое самочувствие в связи с физической нагрузкой: усталость, болевые ощущения.

- освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности: спортивные, подвижные игры; физическая подготовка;
- интерес к определенным видам физкультурно-спортивной деятельности: спортивные и подвижные игры, физическая подготовка;
- умение играть в подвижные игры.

В процессе обучения осуществляется **мониторинг всех групп БУД**, который отражает индивидуальные достижения обучающихся и позволит делать выводы об эффективности проводимой в этом направлении работы.

### **Мониторинг базовых учебных действий**

*Для оценки сформированности каждого действия* используется система реально присутствующего опыта деятельности и его уровня.

- деятельность осуществляется на уровне совместных действий с педагогом;
- деятельность осуществляется по подражанию;
- деятельность осуществляется по образцу;
- деятельность осуществляется по последовательной инструкции;
- деятельность осуществляется с привлечением внимания ребенка взрослым к предмету деятельности;
- самостоятельная деятельность;
- умение исправить допущенные ошибки.

*Для оценки степени дифференцированности отдельных действий и операций внутри целостной деятельности* используются условные обозначения:

<b>Баллы</b>
<b>5</b> - «выполняет действие самостоятельно (без опоры на внешние средства; внешними средствами являются непосредственная помощь учителя, алгоритмы, образцы)» / «самостоятельно показывает называемый объект окружающего мира / самостоятельно называет указанный объект окружающего мира»
<b>4</b> - «выполняет действие <u>по образцу</u> » (обучающийся ориентируется на наглядный результат действия). Например: ребенку предъявляют тарелку с бутербродом и предлагают сделать такой же бутерброд.  - «выполняет действие по алгоритму» (обучающийся ориентируется на наглядно представленную – предметную или графическую последовательность действий) (например, складывает предметы одежды с опорой на наглядно представленную последовательность, рассказывает по мнемокартинкам,
<b>3</b> - «выполняет действие по инструкции» (педагог предъявляет инструкцию с использованием жеста, визуальную, речевую) / покажи, где снегирь (покажи птичку с красной грудкой); желтый как лимон; где корова? (учитель приставляет вытянутые указательные пальцы к голове, изображает рога) и т. п.
<b>2</b> - «выполняет действие по подражанию» (педагог показывает образец выполнения действия, обучающийся повторяет это действие) / не всегда показывает называемый объект окружающего мира / не всегда называет указанный объект окружающего мира.
<b>1</b> - «выполняет действие с частичной физической помощью» (педагог периодически оказывает физическую помощь - при выполнении отдельных операций действия использует прием «рука в руке», меняет локализацию прикосновения, придерживая ребенка за запястье, предплечье, локоть и др.).
<b>0</b> - «выполняет действие со значительной физической помощью» (педагог выполняет всё действие вместе с обучающимся, использует прием «рука в руке») / «не показывает называемый объект окружающего мира / не называет указанный объект окружающего мира».

#### **Для обучающихся по безоценочной системе:**

- 5 баллов соответствуют уровню «высокий» и в отчётной документации обозначаются «В»;
- 3 балла – 4 балла соответствуют уровню «средний» и в отчётной документации обозначаются «С»;
- 0 баллов – 2 балла соответствуют уровню «низкий» и в отчётной документации обозначаются «Н».

#### **Для обучающихся по оценочной системе:**

- 5 баллов соответствуют оценке «отлично» и в системе электронного журнала "ЭЛЖУР", отчётной документации обозначаются «5»;
- 3 балла – 4 балла соответствуют оценке «хорошо» и в системе электронного журнала "ЭЛЖУР", отчётной документации обозначаются «4»;
- 0 баллов – 2 балла соответствуют оценке «удовлетворительно» и в системе электронного журнала "ЭЛЖУР", отчётной документации обозначаются «3».

### **Содержание учебного предмета «Адаптивная физкультура»**

Содержание программы отражено в разделах: «Коррекционные подвижные игры», «Физическая подготовка».

**Коррекционные подвижные игры.** Элементы спортивных игр и спортивных упражнений.

#### *Баскетбол.*

Узнавание баскетбольного мяча. Передача баскетбольного мяча без отскока от пола. Ловля баскетбольного мяча без отскока от пола. Отбивание баскетбольного мяча от пола одной рукой. Броски мяча в кольцо двумя руками.

#### *Футбол.*

Узнавание футбольного мяча. Выполнение удара в ворота с места (пустые ворота), с 2-х шагов (пустые ворота), с разбега (пустые ворота). Прием мяча, стоя в воротах: ловля мяча руками, отбивание мяча ногой (руками). Выполнение передачи мяча партнеру. Остановка катящегося мяча ногой.

#### *Подвижные игры.*

Соблюдение правил игры "Стоп, хоп, раз". Соблюдение правил игры "Болото". Соблюдение последовательности действий в игре-эстафете "Полоса препятствий": бег по скамейке, прыжки через кирпичики, пролезание по туннелю, бег, передача эстафеты. Соблюдение правил игры "Рыбаки и рыбки". Соблюдение последовательности действий в игре-эстафете "Собери пирамидку": бег к пирамидке, надевание кольца, бег в обратную сторону, передача эстафеты. Соблюдение правил игры "Бросай-ка". Соблюдение последовательности действий в игре-эстафете "Строим дом".

#### **Планируемые результаты:**

##### **Предметные:**

- уметь соблюдать последовательности действий в подвижной, спортивной игре;
- уметь соблюдать правила подвижной игры;
- уметь выполнять спортивные упражнения;
- владеть элементами спортивных игр;
- уметь выполнять спортивные упражнения;
- уметь соблюдать правила игры со спортивным инвентарём.

##### **Познавательные:**

- уметь выделять существенные отличия хорошо знакомых предметов;
- уметь делать простейшие общения, сравнения;
- знать правила разученных спортивных, подвижных игр;
- уметь выполнять действия по словесной инструкции;
- уметь работать с несложной информацией (понимать изображение, видео, устное высказывание).

### **Коммуникативные:**

- уметь выразить свои желания и просьбы на уровне ученик-учитель;
- слушать и отвечать на вопросы взрослого;
- владеть элементарными навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия.

### **Регулятивные:**

- понимать системы общепринятых правил и требований;
- уметь устанавливать коммуникативные связи и соблюдение этической и дисциплинарной дистанции при взаимодействии с окружающими людьми;
- придерживаться учебному поведению.

### **Физическая подготовка.**

#### *Построения и перестроения.*

Принятие исходного положения для построения и перестроения: основная стойка, стойка "ноги на ширине плеч" ("ноги на ширине ступни"). Построение в колонну по одному, в одну шеренгу, перестроение из шеренги в круг. Размыкание на вытянутые руки в стороны, на вытянутые руки вперед. Повороты на месте в разные стороны. Ходьба в колонне по одному, по двое. Бег в колонне.

#### *Общеразвивающие и корригирующие упражнения.*

Дыхательные упражнения: произвольный вдох (выдох) через рот (нос), произвольный вдох через нос (рот), выдох через рот (нос). Одновременное (поочередное) сгибание (разгибание) пальцев. Противопоставление первого пальца остальным на одной руке (одновременно двумя руками), пальцы одной руки пальцам другой руки поочередно (одновременно). Сгибание пальцев в кулак на одной руке с одновременным разгибанием на другой руке. Круговые движения кистью. Сгибание фаланг пальцев. Одновременные (поочередные) движения руками в исходных положениях "стоя", "сидя", "лежа" (на боку, на спине, на животе): вперед, назад, в стороны, вверх, вниз, круговые движения. Круговые движения руками в исходном положении "руки к плечам". Движения плечами вперед (назад, вверх, вниз). Движения головой: наклоны вперед (назад, в стороны), повороты, круговые движения. Поднимание головы в положении "лежа на животе". Наклоны туловища вперед (в стороны, назад). Повороты туловища вправо (влево). Круговые движения прямыми руками вперед (назад). Наклоны туловища в сочетании с поворотами. Стояние на коленях.

Ходьба с высоким подниманием колен. Хлопки в ладони под поднятой прямой ногой. Движения стопами: поднимание, опускание, наклоны, круговые движения. Приседание. Ползание на четвереньках. Поочередные (одновременные) движения ногами: поднимание (отведение) прямых (согнутых) ног, круговые движения. Переход из положения "лежа" в положение "сидя" (из положения "сидя" в положение "лежа"). Ходьба по доске, лежащей на полу. Ходьба по гимнастической скамейке: широкой (узкой) поверхности гимнастической скамейки.

Прыжки на двух ногах (с одной ноги на другую). Стойка у вертикальной плоскости в правильной осанке. Движение руками и ногами, стоя у вертикальной плоскости: отведение рук в стороны, поднимание вверх и возвращение в исходное положение, поочередное поднимание ног вперед, отведение в стороны. Отход от стены с сохранением правильной осанки.

#### *Ходьба и бег.*

Ходьба с удержанием рук за спиной (на поясе, на голове, в стороны). Движения руками при ходьбе: взмахи, вращения, отведение рук назад, в стороны, подъем вверх. Ходьба ровным шагом, на носках, пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, приседе. Ходьба в умеренном (медленном, быстром) темпе. Ходьба с изменением темпа, направления движения. Бег в умеренном (медленном, быстром) темпе. Бег с изменением темпа и направления движения. Преодоление препятствий при ходьбе (беге).

#### *Прыжки.*

Прыжки на двух ногах на месте (с поворотами, с движениями рук), с продвижением вперед (назад, вправо, влево). Прыжки на одной ноге на месте, с продвижением вперед (назад,

вправо, влево). Перепрыгивание с одной ноги на другую на месте, с продвижением вперед. Прыжки в длину с места.

*Ползание, подлезание, лазание, перелезание.*

Ползание на животе, на четвереньках. Подлезание под препятствия на животе, на четвереньках. Лазание по гимнастической стенке вверх (вниз, в стороны), по наклонной гимнастической скамейке вверх (вниз), через препятствия, по гимнастической сетке вправо (влево), по канату. Перелезание через препятствия.

*Броски, ловля, метание, передача предметов.*

Передача предметов в шеренге (по кругу, в колонне). Броски среднего (маленького) мяча двумя руками вверх (о пол, о стенку). Ловля среднего (маленького) мяча одной (двумя) руками. Бросание мяча на дальность. Сбивание предметов большим (малым) мячом. Броски (ловля) мяча в ходьбе. Метание в цель (на дальность).

### **Планируемые результаты:**

#### **Предметные:**

- сформировать умения и навыки:
- уметь выполнять строевые упражнения (построение в колонну, шеренгу);
- уметь встать в круг;
- уметь размыкаться на вытянутые руки в стороны, на вытянутые руки вперед;
- уметь выполнять повороты на месте в разные стороны;
- уметь ходить в колонне по одному и по двое;
- уметь бегать в колонне;
- уметь выполнять физические и корригирующие упражнения;
- уметь прыгать, прыгать на двух ногах, на одной, с продвижением вперед;
- уметь перепрыгивать с одной ноги на другую на месте, с продвижением вперед;
- уметь ползать, лазать, переползать, пролезать;
- уметь лазать по гимнастической стенке вверх (вниз, в стороны);
- уметь катать мяч одной рукой;
- уметь бросать и ловить мяч двумя, одной рукой;
- уметь отбивать мяч;
- уметь бросать мяч на дальность;
- уметь метать мяч в цель одной рукой;

#### **Познавательные:**

- уметь действовать по сигналу;
- уметь выполнять упражнения под счет и музыку;
- знать используемый спортивный инвентарь и виды спорта.

#### **Коммуникативные:**

- уметь выразить свои желания и просьбы на уровне ученик-учитель;
- слушать и отвечать на вопросы взрослого;
- владеть элементарными навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия.

#### **Регулятивные:**

- понимать системы общепринятых правил и требований;
- придерживаться учебному поведению.
- уметь выполнять действия по словесной инструкции;
- уметь слушать команды.

### Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности

№	Тема урока	Кол-во часов	Основные виды учебной деятельности
1	Вводное занятие: инструктаж техники безопасности. Строевые упражнения.	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнения на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Инструктаж техники безопасности</p> <p>Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет с показом учителя, самостоятельно. Строевые упражнения. Подготовка одежды и обуви для занятий физической культурой, переодевание.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: платочки.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
2	Построение по ориентирам (по разметке) в шеренгу, колонну из колонны в круг по сигналу.	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет с показом учителя, самостоятельно. Построение по ориентирам (по разметке) в шеренгу, колонну из колонны в круг по сигналу. Разомкнуться на вытянутые руки в стороны, на вытянутые руки вперед.</p> <p>Ходьба, бег в колонне. Развивать двигательную активность, внимание. Закреплять знания по теме «Спортивный инвентарь, виды спорта». Пальчиковая гимнастика. Ходьба колонной за учителем.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
3	Перестроение из шеренги в колонну, из колонны в круг.	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под музыку с показом учителя, самостоятельно. Построение в колонну по одному, в одну шеренгу, перестроение из шеренги в колонну. Из колонны в круг. Подвижная игра. Упражнения на профилактику сколиоза и плоскостопия. Упражнение на расслабление мышц. Упражнения на восстановление дыхания.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох -2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: большой, маленький мяч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
4	Спортивный инвентарь и	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p>

	оборудование.		<p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Выполнение команд: «Напра-ВО!», «Нале-ВО!». Повороты на месте переступанием. Упражнения под музыку с показом учителя, самостоятельно. Спортивный инвентарь и оборудование. Повторить название спортивного инвентаря, оборудования и снарядов. Подвижная игра. Упражнение на внимание, на расслабление мышц. Упражнения на восстановление дыхания. Пальчиковая гимнастика.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох -2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, скакалка, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
5	Передача предметов из рук в руки в движении	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения из исходных положений: «стоя», «сидя», «лежа» с показом учителя, самостоятельно. Развивать у детей умение согласовывать движение со словами. Передача предметов из рук в руки в движении. Пальчиковая гимнастика. Упражнение на расслабление мышц.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: большой, маленький мяч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
6	Баскетбол. Бросок и ловля мяча	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под музыку с показом учителя, самостоятельно. Развивать у детей умение согласовывать движение со словами. Узнавание баскетбольного мяча. Передача баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола). Ловля баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола). Подвижная игра с мячом. Упражнения на восстановление дыхания.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: гимнастическая палка, мешочек с песком.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
7	Входной контроль успеваемости.	1	<p>Организация начало урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц. Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе.</p> <p>Контрольные упражнения.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>

8	Игры с мячом в парах.	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет и музыку с показом учителя, самостоятельно. Игры с мячом в парах. Упражнения на профилактику сколиоза и плоскостопия. Упражнения на растяжку и гибкость.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: гимнастическая палка, мяч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
9	Упражнения и игры с обручем	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы с мячом, бег, ходьба друг за другом. Упражнения под счет и счет с обручем по показу учителя, самостоятельно. Показ возможных манипуляций с обручем. Игры с обручем. Найти на картинках названные учителем виды спорта и к ним спортивный инвентарь (хоккей – клюшка).</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: кегли, мешочек с песком, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
10	Упражнения и игры в шеренге, кругу.	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под музыку с показом учителя, самостоятельно. Построения в круг. Упражнения и игры в шеренге, кругу.</p> <p>Упражнения на профилактику сколиоза и плоскостопия. Упражнения на восстановление дыхания.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
11	Ходьба, бег колонной между предметами. Футбол	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет и музыку с показом учителя, самостоятельно. Разомкнуться на вытянутые руки в стороны, на вытянутые руки вперед. Ходьба, бегу друг за другом, между предметами. Узнавание футбольного</p>

			<p>мяча. Выполнение удара в ворота с места (пустые ворота), с 2-х шагов (пустые ворота). Выполнение передачи мяча партнеру. Остановка катящегося мяча ногой.</p> <p>Развивать двигательную активность, внимание. Пальчиковая гимнастика. Игры на ходьбу с препятствиями, восстановительные упражнения.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, кегли, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
12	Футбол	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, подскоки, ходьба друг за другом, упражнения под счет с показом учителя, самостоятельно. Разомкнуться на вытянутые руки в стороны, на вытянутые руки вперед. Узнавание футбольного мяча. Выполнение удара в ворота с места (пустые ворота), с 2-х шагов (пустые ворота). Прием мяча, стоя в воротах: ловля мяча руками, отбивание мяча ногой (руками). Выполнение передачи мяча партнеру. Остановка катящегося мяча ногой.</p> <p>Упражнения на профилактику сколиоза и плоскостопия. Восстановительные упражнения.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: скакалка, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
13	Выполнение прыжков на двух ногах на месте и с продвижением вперед самостоятельно по сигналу.	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, подскоки, прыжки, ходьба друг за другом, Упражнения под счет с показом учителя, самостоятельно. Выполнение прыжков на двух ногах на месте и с продвижением вперед самостоятельно по сигналу. Развивать двигательную активность, внимание. Игры с выполнением прыжков на двух ногах зажав коленями мягкий модуль. Восстановительные упражнения. Пальчиковая гимнастика.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мягкий модуль.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
14	Баскетбол	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие» Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, подскоки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет с</p>

			<p>показом учителя, самостоятельно. Узнавание баскетбольного мяча. Передача баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола). Ловля баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола). Броски мяча в кольцо двумя руками. Самостоятельно по сигналу. Развивать двигательную активность, внимание. Восстановительные упражнения.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, скакалка, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
15	Общеразвивающие и корригирующие упражнения	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, подскоки, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под музыку и счет с показом учителя, самостоятельно. Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Развивать двигательную активность, внимание. Игры на выполнение прокатывания мяча друг другу из разных исходных положений. Восстановительные упражнения. Пальчиковая гимнастика.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох -2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, гимнастическая палка.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
16	Прокатывание мяча между предметами одной рукой.	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения из исходных положений: «стоя», «сидя», «лежа» с показом учителя, самостоятельно. Прокатывание мяча между предметами одной и другой рукой. Развивать самостоятельность развивать двигательную активность, внимание. Упражнения на профилактику сколиоза и плоскостопия. Восстановительные упражнения.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: кегли, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
17	Прыжки на двух ногах, на одной на месте	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под музыку с показом учителя, самостоятельно. Прыжки на двух ногах, на одной на месте. Упражнения на</p>

			<p>профилактику сколиоза и плоскостопия. Развивать двигательную активность, координацию движений, внимание.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, гимнастическая палка, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
18	Текущий контроль успеваемости за 1 триместр.	1	<p>Организация начало урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц. Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе.</p> <p>Контрольные упражнения.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
19	Прыжки на двух ногах боком, с продвижением вперед.	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет и музыку с показом учителя, самостоятельно. Прыжки на двух ногах боком, с продвижением вперед.</p> <p>Показ видеоролика «Виды спорта с мячом».</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, скакалка.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
20	Бросок и ловля мяча в парах. Баскетбол	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет с показом учителя, самостоятельно. Бросок и ловля мяча в парах. Передача баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола). Ловля баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола). Отбивание баскетбольного мяча от пола одной рукой. Броски мяча в кольцо двумя руками.</p> <p>Развивать самостоятельно по сигналу. Развивать двигательную активность, ловкость, внимание.</p> <p>Восстановительные упражнения. Пальчиковая гимнастика.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, скакалка, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
21	Игра в кругу, взявшись за руки. Игры в кругу с предметом.	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения из исходных</p>

			<p>положений: «стоя», «сидя», «лежа» с показом учителя, самостоятельно. Ходьба по кругу, взявшись за руки. Игра «Ровным кругом», «Колобок». Игры в кругу с предметом. Показ видеоролика «Виды спорта с мячом» и найти на картинках показанные виды спорта с мячом. Подвижные игры в кругу с предметами.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: кегли, мешочек с песком.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
22	Перешагивание и перепрыгивание через незначительные препятствия.	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под музыку с показом учителя, самостоятельно. Перешагивание и перепрыгивание через незначительные препятствия. Упражнения на профилактику сколиоза и плоскостопия. Развивать двигательную активность, внимание.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, скакалка, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
23	Перешагивание и перепрыгивание через препятствия правым и левым боком	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет с показом учителя, самостоятельно. Перешагивание и перепрыгивание через препятствия правым и левым боком. Развивать двигательную активность, координацию движений, внимание.</p> <p>Упражнения на расслабления. Пальчиковая гимнастика.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: гимнастическая палка, скакалка.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
24	Подбрасывание и ловля маленького мяча двумя руками снизу.	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет и музыку с показом учителя, самостоятельно. Подбрасывание и ловля маленького мяча двумя руками снизу. Упражнения на профилактику сколиоза и плоскостопия.</p> <p>Развивать двигательную активность, внимание.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p>

			Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, ленточки, обруч. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
25	Подбрасывание и ловля маленького мяча двумя руками снизу с продвижением вперед	1	Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц. Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения из исходных положений: «стоя», «сидя», «лежа» с показом учителя, самостоятельно. Подбрасывание и ловля маленького мяча двумя руками снизу с продвижением вперед. Просмотр видеоролика «Спортивный инвентарь – вид спорта». Найти на картинках названные учителем виды спорта и их спортивный инвентарь. Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха. Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, скакалка, обруч. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
26	Отбивание маленького мяча в пол двумя руками на месте	1	Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц. Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет с показом учителя, самостоятельно. Отбивание маленького мяча в пол двумя руками на месте. Показ видеоролика «Виды спорта с мячом» и найти на картинках показанные виды спорта. Упражнения на растяжку. Восстановительные упражнения. Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха. Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, скакалка, обруч. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
27	Коррекционные игры	1	Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц. Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под музыку с показом учителя, самостоятельно. Коррекционные игры на внимание. Упражнения на профилактику сколиоза и плоскостопия. Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха. Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, скакалка, обруч. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
28	Ползание на четвереньках с	1	Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.

	упором на локти-колени. Ползание по-пластунски с грузом		<p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под музыку с показом учителя, самостоятельно. Ползание на четвереньках (локти-колени). Ползание по-пластунски с грузом. Пальчиковая гимнастика. Упражнения на профилактику сколиоза и плоскостопия.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, гимнастическая палка.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
29	Футбол	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под музыку с показом учителя, самостоятельно. Узнавание футбольного мяча. Выполнение удара в ворота с места (пустые ворота), с 2-х шагов (пустые ворота), с разбега (пустые ворота). Прием мяча, стоя в воротах: ловля мяча руками, отбивание мяча ногой (руками). Выполнение передачи мяча партнеру. Остановка катящегося мяча ногой. Найти на картинках названные учителем футбольный, баскетбольный мячи.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, ленточки, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
31	Пролезание боковым способом через обручи	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения из исходных положений: «стоя», «сидя», «лежа» с показом учителя, самостоятельно. Пролезание боковым способом через обручи. Упражнения на профилактику сколиоза и плоскостопия.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: кегли, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
32	Ходьба по балансировочным платформам.	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, подскоки, ходьба друг за другом. Упражнения из исходных положений: «стоя», «сидя», «лежа» с показом учителя, самостоятельно. Ходьба по балансировочным платформам. Развивать равновесие, двигательную активность, внимание.</p>

			<p>Ходьба по дорожке в заданном направлении. Пальчиковая гимнастика.          Восстановительные упражнения          Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.          Динамическая игра, с использованием оборудования: гимнастическая палка, скакалка.          Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
33	Ходьба по балансировочным платформам, приставным шагом	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.          Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, подскоки, ходьба друг за другом. Упражнения из исходных положений: «стоя», «сидя», «лежа» с показом учителя, самостоятельно. Ходьба по балансировочным платформам, приставным шагом. Развивать равновесие, двигательную активность, внимание.          Ходьба по дорожке в заданном направлении. Пальчиковая гимнастика.          Восстановительные упражнения          Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.          Динамическая игра, с использованием оборудования: гимнастическая палка, скакалка.          Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
34	Отбивание мяча в пол одной рукой с продвижением вперед	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.          Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет и музыку с показом учителя, самостоятельно. Отбивание мяча в пол одной рукой с продвижением вперед. Развивать двигательную активность, внимание. Восстановительные упражнения.          Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.          Динамическая игра, с использованием оборудования: гимнастическая палка, обруч.          Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
35	Ходьба по сенсорной тропе.	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в ряд. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.          Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет с показом учителя, самостоятельно. Развивать тактильные ощущения. Развивать двигательную активность, внимание. Ходьба по сенсорной тропе. Восстановительные упражнения.          Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.          Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, скакалка, кегли.          Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>

36	Игры - эстафеты	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет с показом учителя, самостоятельно. Игры - эстафеты. Восстановительные упражнения. Найти на картинках названные учителем виды спорта.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, кегля, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
37	Игры – эстафеты с предметами	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под музыку и счет с показом учителя, самостоятельно. Игры – эстафеты с предметами. Развивать двигательную активность, координацию движений. Восстановительные упражнения. Пальчиковая гимнастика.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, кегля, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
38	Коррекционные игры с мячами разного размера	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под музыку с показом учителя, самостоятельно. Развивать двигательную активность, внимание. Коррекционные игры с мячами разного размера. Упражнения на профилактику сколиоза и плоскостопия.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, скакалка, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
39	Текущий контроль успеваемости за 2 триместр	1	<p>Организация начало урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц. Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе.</p> <p>Контрольные упражнения.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
40	Разновидности ходьбы и бега с остановкой по	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений:</p>

	условному зрительному сигналу с предметом.		<p>построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под музыку с показом учителя, самостоятельно. Разновидности ходьбы и бега с остановкой по условному зрительному сигналу с предметом. Коррекционные упражнения. Найти на картинках названные учителем виды спорта.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
41	Коррекционные подвижные игры	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под музыку с показом учителя, самостоятельно. Развивать двигательную активность, внимание. Коррекционные подвижные игры. Упражнения на профилактику сколиоза и плоскостопия.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, скакалка, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
42	Игры в парах с мячом	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет и музыку с показом учителя, самостоятельно. Построение парами по сигналу. Игры в парах с мячом.</p> <p>Пальчиковая гимнастика. Восстановительные упражнения</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
43	Прокатывание мяча правой и левой рукой в цель.	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под музыку с показом учителя, самостоятельно. Обучение прокатывать мяч двумя руками в цель. Развивать самостоятельность развивать двигательную активность, силу, внимание. Прокатывание мяча правой и левой рукой в цель. Пальчиковая гимнастика. Упражнения на растяжку, гибкость.</p> <p>Восстановительные упражнения.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p>

			Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, скакалка, обруч. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
44	Метание в вертикальную цель	1	Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц. Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет и музыку с показом учителя, самостоятельно. Метание в вертикальную цель. Пальчиковая гимнастика. Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха. Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, скакалка, обруч. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
45	Метание в горизонтальную цель	1	Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц. Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под музыку с показом учителя, самостоятельно. Развивать двигательную активность, внимание. Метание в горизонтальную цель. Найти на картинках названные учителем виды спорта с мячом и спортивный инвентарь. Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха. Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, скакалка, обруч. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
46	Перепрыгивание с одной ноги на другую на месте и с продвижением вперед	1	Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц. Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, ходьба друг за другом. Упражнения под счет с показом учителя, самостоятельно. Развивать двигательную активность, ловкость, внимание. Перепрыгивание с одной ноги на другую на месте и с продвижением вперед. Пальчиковая гимнастика. Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха. Динамическая игра, с использованием оборудования: мягкий модуль Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов
47	Игры с элементами спортивных игр	1	Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц. Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, ходьба друг за другом. Упражнения под счет с показом

			<p>учителя, самостоятельно. Игры с элементами спортивных игр. Развивать двигательную активность, координацию движений, внимание. Найти на картинках названные учителем виды спорта и спортивный инвентарь.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мягкий модуль.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов</p>
48	Самостоятельное выполнение прыжков с продвижением вперед	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом, Упражнения под счет с показом учителя, самостоятельно. Самостоятельное выполнение прыжков с продвижением вперед. Развивать самостоятельность. Развивать двигательную активность, координацию движением, внимание. Восстановительные упражнения. Упражнения на профилактику сколиоза и плоскостопия.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мягкий модуль</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
49	Прыжки «ноги вместе-ноги врозь», с продвижением вперед.	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под музыку с показом учителя, самостоятельно. Прыжки «ноги вместе-ноги врозь», с продвижением вперед. Развивать двигательную активность, внимание. Найти на картинках названные учителем виды спорта и спортивный инвентарь. Пальчиковая гимнастика.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, скакалка, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
50	Прыжки на двух ногах, слегка продвигаясь вперед правым и левым боком.	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под музыку с показом учителя, самостоятельно. Прыжки на двух ногах через скакалку лежащую на полу, слегка продвигаясь вперед правым и левым боком. Развивать двигательную активность, внимание. Упражнения на растяжку и гибкость.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p>

			Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, скакалка, обруч. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
51	Полоса препятствий	1	Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц. Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения из исходных положений: «стоя», «сидя», «лежа» с показом учителя, самостоятельно. Полоса препятствий. Упражнения на профилактику сколиоза и плоскостопия. Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха. Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, скакалка, обруч. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
52	Соблюдение правил игры "Стоп, хоп, раз".	1	Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц. Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под музыку с показом учителя, самостоятельно. Соблюдение правил игры "Стоп, хоп, раз". Восстановительные упражнения. Найти на картинках названные учителем виды спорта и спортивный инвентарь. Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха. Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, скакалка, обруч. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
53	Соблюдение правил игры «Болото»	1	Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц. Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет с показом учителя, самостоятельно. Соблюдение правил игры «Болото». Восстановительные упражнения. Упражнения на гибкость. Пальчиковая гимнастика. Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха. Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, кегли, обруч. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
54	Чередование бега в медленном, среднем и быстром темпе.	1	Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц. Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под музыку с показом учителя, самостоятельно. Чередование бега в медленном, среднем и быстром темпе.

			<p>Развивать двигательную активность, внимание. Упражнения на растяжку, гибкость. Пальчиковая гимнастика. Восстановительные упражнения. Пальчиковая гимнастика.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мешочек с песком, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
55	Бег с препятствиями	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под музыку с показом учителя, самостоятельно. Бег с препятствиями (препятствия разной формы и размера). Восстановительные упражнения. Найти на картинках названные учителем виды спорта и спортивный инвентарь. Упражнения на растяжку, гибкость.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, скакалка, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
56	Чередование бега в медленном, среднем и быстром темпе по сигналу в заданном направлении.	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет и музыку с показом учителя, самостоятельно. Чередование бега в медленном, среднем и быстром темпе по сигналу в заданном направлении. Восстановительные упражнения. Разделить самостоятельно картинки на виды спорта и спортивный инвентарь.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, скакалка, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
57	Бег в медленном и среднем темпе через полосу препятствий	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под музыку с показом учителя, самостоятельно. Бег в медленном и среднем темпе через полосу препятствий. Восстановительные упражнения. Упражнения на профилактику сколиоза и плоскостопия.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, кегли.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>

58	Соблюдение правил игры «Рыбаки и рыбки».	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет с показом учителя, самостоятельно. Обучение совместной игре. Соблюдение правил игры «Рыбаки и рыбки».</p> <p>Пальчиковая гимнастика. Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, скакалка.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
59 60	Коррекционные подвижные игры	2	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет с показом учителя, самостоятельно. Коррекционные подвижные игры. Упражнения на профилактику сколиоза и плоскостопия.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, скакалка, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
61	Промежуточный контроль успеваемости	1	<p>Организация начало урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц. Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе.</p> <p>Контрольные упражнения.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
62 63	Метание мешочков с песком на дальность одной и другой рукой с места	2	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет с показом учителя, самостоятельно. Метание мешочков с песком на дальность одной рукой с места, способом из-за головы через плечо, стоя лицом к направлению метания. Восстановительные упражнения.</p> <p>Пальчиковая гимнастика.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, скакалка, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов</p>
64	Соблюдение правил игры «Стоп, хоп, раз»	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений:</p>

			<p>построение, основные виды ходьбы, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет с показом учителя, самостоятельно. Обучение совместной игре. Соблюдение правил игры «Стоп, хоп, раз» Восстановительные упражнения. Упражнения на гибкость и растяжку.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, скакалка, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
65	Корректирующие упражнения	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в шеренгу. Игра «приветствие». Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, основные виды ходьбы, бег, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под музыку с показом учителя, самостоятельно. Развивать двигательную активность, внимание. Корректирующие упражнения. Упражнения на профилактику сколиоза и плоскостопия.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, обруч.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
66	Соблюдение последовательности и действий в игре-эстафете «Строим дом»	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в ряд. Игра «приветствие» Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет с показом учителя, самостоятельно. Развивать двигательную активность, внимание. Соблюдения правил совместной игры. Соблюдение последовательности действий в игре-эстафете «Строим дом». Восстановительные упражнения. Упражнения на гибкость и растяжку.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: мяч, кубики.</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
67	Соблюдение правил игры «Бросай-ка»	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в ряд. Игра «приветствие» Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет с показом учителя, самостоятельно. Обучение совместной игре. Развивать дружеское отношение в коллективе. Соблюдение правил игры «Бросай-ка». Восстановительные упражнения. Упражнения на гибкость и растяжку.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: скакалка, обруч.</p>

			Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
68	Соблюдение последовательности действий в игре-эстафете «Полоса препятствий»	1	<p>Организация начало урока. Запоминание алгоритма начала урока. Построение в ряд. Игра «приветствие» Разминка: упражнение на основные группы мышц.</p> <p>Установочный этап: вводная беседа о предстоящей работе. Повторение основных движений: построение, прыжки, ходьба друг за другом. Упражнения под счет с показом учителя, самостоятельно. Соблюдение последовательности действий в игре-эстафете «Полоса препятствий».</p> <p>Восстановительные упражнения. Пальчиковая гимнастика.</p> <p>Дыхательная гимнастика: вдох - 2 выдоха, 2 вдоха – выдоха.</p> <p>Динамическая игра, с использованием оборудования: кубики</p> <p>Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.</p>
	<b>Итого</b>	<b>68</b>	

**Описание материально – технического обеспечения учебного предмета  
«Адаптивная физическая культура»**

№п/п	Наименование	Количество
1.	Мат поролоновый	1
2.	Мягкий модуль	1
3.	Канат	1
4.	Дорожка «массажная»-	1
5.	Набор «Следочки-Ладочки»	1
6.	Набор балансировочные платформы "Речные камни"	1
7.	Полусфера балансировочная	8
8.	Набор «Коврик массажный»	1
9.	Коврик массажный "Микс универсальный" из 8 модулей (шипы, шишки, ежики, трава)	1
10.	Дартс Дисней с мячиками (дротиками) на липучках	2
11.	Кольцеброс	2
12.	Подушка воздушная	2
13.	Дуга для пролезания h-50 см, h -60 см.	2
14.	Фрутоковрик 120x40 см (ковролин с массажными элементами из пластмассы).	1

**Дидактический материал**

№п/п	Наименование
1.	Картинки с изображением видов спорта
2.	Игрушки мелкие пластмассовые (шарики, кубики)
3.	Игрушки со съемными деталями
4.	Картинки с изображением спортивного инвентаря
5.	Картинки с изображением животных

**Раздаточный материал**

№п/п	Наименование	Количество
1.	Мячи в ассортименте	10
2.	Флажки	3
3.	Мячи «ежики»	10
4.	Гимнастические палки	10
5.	Обручи	10
6.	Кегли	6
7.	Мешочек с песком	10
8.	Ленточки	10
9.	Кубики	6
10.	Конусы	5
11.	Гантели	10
12.	Скакалки	10
13.	Массажный шарик Су-Джок	15

### Учебно – методическая и справочная литература

№ п/п	Наименование	Автор	Издательство, год издания	Кол – во экземпляров
Литература для учителя				
1.	Адаптивная физическая культура в школе. Начальная школа	О.Э Аксенова, С. П. Евсеев	СПб., ГАФК им. П. Ф. Лесгафта, 2003г.	1
2.	Психолого-педагогическая дифференциация детей с умеренной и тяжелой умственной отсталостью // Воспитание и обучение детей с нарушениями развития	С. Д. Забрамная, Исаева Т. Н.	Москва, «Владос», 2014 г.	1
3.	Программа образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью	Л.Б. Баряева, Н.Н. Яковлева	СПб., ЦДК, 2013г.	1
4.	«Обучение сюжетно-ролевой игре детей с проблемами интеллектуального развития: Учебно-методическое пособие	Л.Б. Баряева, А. Зарин	Изд-во РГРУ А.И. Герцена, 2011г.	1
5.	Коррекционные подвижные игры и упражнения для детей с нарушениями развития	Л. В. Шапкова	М.: Советский спорт, 2002г.	1
6.	Адаптивная физкультура с основами кинезиологии	С.М. Бубновский	М., 2-е дополнительное издание, 2008г.	1
7.	«Необучаемый» ребенок в семье и обществе. Социализация детей с нарушением интеллекта. – 2-е изд., переработано и дополненное	Л.М. Шипицина	СПб., «Речь», 2005г.	1
8.	Физическое развитие ребенка в дошкольном возрасте.	Н.Н. Ефименко	М., «Дрофа», 2014г.	1
9.	Адаптивная физическая культура в работе с лицами со сложными (комплексными) нарушениями развития	Л.Н. Ростомашвили	М., Советский спорт, 2015г.	1