

**Государственное казенное общеобразовательное учреждение
Удмуртской Республики «Светлянская школа-интернат»
ГКОУ УР «Светлянская школа - интернат»**

427421, Удмуртская Республика, Воткинский район, село Светлое, ул. Первомайская, 25
Телефон 8(34145) 76-572 Факс 8(34145) 76-574 e-mail: selschool18@podved-mo.udmr.ru

Рассмотрено на
заседании ПС
Протокол № 1
от «29» августа 2024

Принято на ПС
Протокол № 1
от «29» августа 2024

УТВЕРЖДЕНО
приказом от 29.08.2024 № 51



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
«АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА.
1 КЛАСС»
НА 2024 – 2025 УЧЕБНЫЙ ГОД**

*в рамках реализации Адаптированной основной общеобразовательной программы
образования обучающихся с легкой умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями) (вариант 1)*

№ 02-07-15

Составитель:
Соломенников Александр Викторович
учитель высшей квалификационной категории

село Светлое
2024

Пояснительная записка

Рабочая программа разработана на основе Адаптированной основной общеобразовательной программы основного общего образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (Вариант 1) в соответствии с ФАООП образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями.

Данная программа ГКОУ УР «Светлянская школа-интернат» на 2024 – 2025 учебный год. Количество учебных часов в год – 99 часов, из расчета 3 учебных часа преподавания предмета в неделю.

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

Основные задачи изучения предмета:

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

коррекция нарушений физического развития;

формирование двигательных умений и навыков;

развитие двигательных способностей в процессе обучения;

укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;

раскрытие возможных избирательных способностей и интересов обучающегося для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;

формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;

формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;

поддержание устойчивой физической работоспособности на достигнутом уровне;

формирование познавательных интересов, сообщение доступных теоретических сведений по физической культуре;

воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями;

воспитание нравственных, морально-волевых качеств (настойчивости, смелости), навыков культурного поведения.

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

обогащение чувственного опыта;

коррекцию и развитие сенсомоторной сферы;

формирование навыков общения, предметно-практической и познавательной деятельности.

Минимальный и достаточный уровни достижения предметных результатов на конец обучения в младших классах:

Минимальный уровень:

представления о физической культуре как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

выполнение комплексов утренней гимнастики под руководством педагогического работника;

знание основных правил поведения на уроках физической культуры и осознанное их применение;

выполнение несложных упражнений по словесной инструкции при выполнении строевых команд;

представления о двигательных действиях; знание основных строевых команд; подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений;
ходьба в различном темпе с различными исходными положениями;
взаимодействие со сверстниками в организации и проведении подвижных игр, элементов соревнований; участие в подвижных играх и эстафетах под руководством педагогического работника;
знание правил бережного обращения с инвентарем и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

Достаточный уровень:

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

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Ключевым ориентиром построения процесса физического воспитания в 1 классе является широкое использование подводящих упражнений для освоения двигательных действий при освоении основного содержания разделов программы. Предлагаемые подводящие упражнения составляли основное содержание обучения 1 класса путем постепенного включения в процесс.

Содержание программы отражено в пяти разделах: "Знания о физической культуре", "Гимнастика", "Легкая атлетика", "Игры". Каждый из перечисленных разделов включает некоторые теоретические сведения и материал для практической подготовки обучающихся:

Знания о физической культуре:

Чистота одежды и обуви. Правила утренней гигиены и их значение для человека. Правила поведения на уроках физической культуры (техника безопасности). Чистота зала, снарядов. Значение физических упражнений для здоровья человека. Формирование понятий: опрятность, аккуратность. Физическая нагрузка и отдых. Физическое развитие. Осанка. Физические качества. Понятия о предварительной и исполнительной командах. Предупреждение травм во

время занятий. Значение и основные правила закаливания. Понятия: физическая культура, физическое воспитание.

Гимнастика:

Теоретические сведения. Одежда и обувь гимнаста. Элементарные сведения о гимнастических снарядах и предметах. Правила поведения на уроках гимнастики. Понятия: колонна, шеренга, круг. Элементарные сведения о правильной осанке, равновесии. Элементарные сведения о скорости, ритме, темпе, степени мышечных усилий. Развитие двигательных способностей и физических качеств с помощью средств гимнастики.

Практический материал. Построения и перестроения.

Упражнения без предметов (корректирующие и общеразвивающие упражнения): основные положения и движения рук, ног, головы, туловища; упражнения для расслабления мышц; мышц шеи; укрепления мышц спины и живота; развития мышц рук и плечевого пояса; мышц ног; на дыхание; для развития мышц кистей рук и пальцев; формирования правильной осанки; укрепления мышц туловища.

Упражнения с предметами: с гимнастическими палками; флажками; малыми обручами; малыми мячами; большим мячом; набивными мячами (вес 2 кг); упражнения на равновесие; лазанье и перелезание; упражнения для развития пространственно-временной дифференцировки и точности движений; переноска грузов и передача предметов; прыжки.

Легкая атлетика:

Теоретические сведения. Элементарные понятия о ходьбе, беге, прыжках и метаниях. Правила поведения на уроках легкой атлетики. Понятие о начале ходьбы и бега; ознакомление обучающихся с правилами дыхания во время ходьбы и бега. Ознакомление обучающихся с правильным положением тела во время выполнения ходьбы, бега, прыжков, метаний. Значение правильной осанки при ходьбе. Развитие двигательных способностей и физических качеств средствами легкой атлетики.

Практический материал:

Ходьба. Ходьба парами по кругу, взявшись за руки. Обычная ходьба в умеренном темпе в колонне по одному в обход зала за учителем. Ходьба по прямой линии, ходьба на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы. Ходьба с сохранением правильной осанки. Ходьба в чередовании с бегом. Ходьба с изменением скорости. Ходьба с различным положением рук: на пояс, к плечам, перед грудью, за голову. Ходьба с изменением направлений по ориентирам и командам педагогического работника. Ходьба с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра. Ходьба в медленном, среднем и быстром темпе. Ходьба с выполнением упражнений для рук в чередовании с другими движениями; со сменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками. Ходьба шеренгой с открытыми и с закрытыми глазами.

Бег. Перебежки группами и по одному 15 - 20 м. Медленный бег с сохранением правильной осанки, бег в колонне за учителем в заданном направлении. Чередование бега и ходьбы на расстоянии. Бег на носках. Бег на месте с высоким подниманием бедра. Бег с высоким подниманием бедра и захлестыванием голени назад. Бег с преодолением простейших препятствий (канавки, подлезание под сетку, оббегание стойки). Быстрый бег на скорость. Медленный бег. Чередование бега и ходьбы. Высокий старт. Бег прямолинейный с параллельной постановкой стоп. Повторный бег на скорость. Низкий старт. Специальные беговые упражнения: бег с подниманием бедра, с захлестыванием голени назад, семенящий бег. Челночный бег.

Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте и с продвижением вперед, назад, вправо, влево. Перепрыгивание через начерченную линию, шнур, набивной мяч. Прыжки с ноги на ногу на

отрезках до. Подпрыгивание вверх на месте с захватом или касанием висящего предмета (мяча). Прыжки в длину с места. Прыжки на одной ноге на месте, с продвижением вперед, в стороны. Прыжки с высоты с мягким приземлением. Прыжки в длину и высоту с шага. Прыжки с небольшого разбега в длину. Прыжки с прямого разбега в длину. Прыжки в длину с разбега без учета места отталкивания. Прыжки в высоту с прямого разбега способом "согнув ноги". Прыжки в высоту способом "перешагивание".

Метание. Правильный захват различных предметов для выполнения метания одной и двумя руками. Прием и передача мяча, флажков, палок в шеренге, по кругу, в колонне. Произвольное метание малых и больших мячей в игре. Броски и ловля волейбольных мячей. Метание колец на шесты. Метание с места малого мяча в стенку правой и левой рукой. Метание большого мяча двумя руками из-за головы и снизу с места в стену. Броски набивного мяча (1 кг) сидя двумя руками из-за головы. Метание теннисного мяча с места одной рукой в стену и на дальность. Метание мяча с места в цель. Метание мячей с места в цель левой и правой руками. Метание теннисного мяча на дальность отскока от баскетбольного щита. Метание теннисного мяча на дальность с места. Броски набивного мяча (вес до 1 кг) различными способами двумя руками.

Игры:

Теоретические сведения. Элементарные сведения о правилах игр и поведении во время игр. Правила игр. Элементарные игровые технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником). Элементарные сведения по овладению игровыми умениями (ловля мяча, передача, броски, удары по мячу).

Практический материал. Подвижные игры:

Коррекционные игры;

Игры с элементами общеразвивающих упражнений:

игры с бегом; прыжками; лазанием; метанием и ловлей мяча (в том числе пионербол в IV-м классе); построениями и перестроениями; бросанием, ловлей, метанием.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРЕДМЕТА

Иметь представление

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

Знать

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

Выполнять

Гимнастические, легкоатлетические упражнения, построения, перестроения, строевые упражнения в ходьбе и беге, общеразвивающие упражнения по показу и по словесной инструкции.

Уметь

Играть и взаимодействовать со сверстниками в подвижных играх.

Учебно-тематический план

№ п/п	Раздел, тема	Коли- чество часов	Формы организационной работы			
			теория	практика	экскурсии	контроль
	I ЧЕТВЕРТЬ					
	Раздел 1. Основы знаний	1	1			
	Раздел 2. Гимнастика					
	Раздел 3. Лёгкая атлетика	24				
3.1	Бег, Ходьба			9		
3.2	Прыжки			9		
3.3	Метание			6		
	Раздел 4. Подвижные игры					
		25	1	24		
	Итого:					
	II ЧЕТВЕРТЬ					
	Раздел 1. Основы знаний	1	1			
	Раздел 2. Гимнастика	19		19		
	Раздел 3. Лёгкая атлетика					
3.1	Бег, Ходьба					
3.2	Прыжки					
3.3	Метание			2		
	Раздел 4. Подвижные игры					
	Итого:	22	1	21		
	III ЧЕТВЕРТЬ					
	Раздел 1. Основы знаний	1	1			
	Раздел 2. Гимнастика			1		
	Раздел 3. Лёгкая атлетика					
	Раздел 4. Подвижные игры	19		25		
	Итого:	27	1	26		
	IV ЧЕТВЕРТЬ					
	Раздел 1. Основы знаний	1	1			
	Раздел 2. Гимнастика	12		12		
	Раздел 3. Лёгкая атлетика	11				
3.1	Бег, Ходьба			9		
3.2	Прыжки					
3.3	Метание			2		
	Раздел 4. Подвижные игры	1		1		
	Итого:	25	1	24		
	Всего:	99	4	95		

Тематическое планирование рабочей программы с определением основных видов учебной деятельности

№ темы (разд ела)	Название темы (раздела), кол-во часов	Тема, тип (форма урока)	Виды деятельности обучающихся	Планируемые результаты		
				Личностные	Предметные	
					Ученик научится	Ученик получит возможность научиться
Раздел 1.	Основы знаний 4 часа	Правила поведения на уроках легкой атлетики, оборудование и инвентарь. Формирование гигиенических понятий и навыков. Виды основных движений человека.	Беседа-инструктаж	осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;	представления о физической культуре как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;	знание и применение правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием в повседневной жизни; соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.
Раздел 2.	Гимнастика. 32 часа	Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Лечебно-оздоровительные упражнения для коррекции заболеваний и нарушений здоровья. Коррекционная игра для развития мелкой моторики рук	Разучивание. Коррекционные упражнения для формирования правильной осанки и свода стопы Повторение.	сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;	выполнение комплексов утренней гимнастики под руководством учителя;	владение комплексами упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища; участие в оздоровительных занятиях в режиме дня

Рабочая программа

			Комплекс ОРУ со скакалками. Коррекционная игра «Пальцевая гимнастика».			(физкультминутки);
Раздел 3.	Лёгкая атлетика. 37 часов	Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Опосредованное закаливание. Коррекционная игра для развития способности ориентирования в пространстве.	Подводящие упражнения. Построение в одну колонну. Ходьба и бег за учителем в колонне по одному в обход зала (темп умеренный). Разучивание.	принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;	знание основных правил поведения на уроках физической культуры и осознанное их применение;	выполнение основных двигательных действий в соответствии с заданием учителя: бег, ходьба, прыжки и др.; подача и выполнение строевых команд, ведение подсчёта при выполнении общеразвивающих упражнений.
Раздел 4.	Подвижные игры. 26 часов	Развитие быстроты. Коррекционная игра для формирования способности вести совместные действия с партнером, развитие точности движений.	Разучивание. Коррекционная игра «Паровозик» Повторение. Сюжетные ОРУ. Игра «Ловишки»	овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;	• взаимодействия со сверстниками в организации и проведении подвижных игр, элементов соревнований;	оказание посильной помощи и поддержки сверстникам в процессе участия в подвижных играх и соревнованиях; знание спортивных традиций своего народа и других народов;

Всего уроков: 99Из них:

К.Р. – 0чР.Р.- 0ч.

Лабораторных работ: - 0чПрактических работ: -98.

№ уро ка	Тема, тип урока	Календарные сроки	Объект работы, наглядность, оборудование	Словар ная работа	Требования к уровню подготовки обучающихся, воспитанников	Формы организации учебных занятий, основные виды учебной деятельности
1.	Сообщение теоретическ их сведений.		Беседа.		Правила поведения на уроках легкой атлетики, оборудование и инвентарь. Формирование гигиенических понятий и навыков. Виды основных движений человека. Строевые упражнения, ОРУ, коррекционная игра на развитие способности ориентирования в пространстве. Предварительный контроль физической подготовленности.	Подводящие упражнения. Построение в одну шеренгу около объемных фигур разного цвета. Разучивание. Построение в одну шеренгу по разметке. Комплекс ОРУ без предметов. Коррекционная игра «Найди свое место в шеренге».
2.	Ходьба и бег в колонне.		Свисток, ограничители фишки		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Опосредованное закаливание. Коррекционная игра для развития способности ориентирования в пространстве.	Подводящие упражнения. Построение в одну колонну. Ходьба и бег за учителем в колонне по одному в обход зала (темп умеренный). Разучивание. Ходьба и бег в рассыпную с нахождением своего места в колонне. Повторение. Построение в одну шеренгу по разметке. Комплекс ОРУ без предметов. Коррекционная игра «Найди свое место в шеренге».
3.	Ходьба и бег в колонне.		Свисток, ограничители фишки		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Опосредованное закаливание. Коррекционная игра для развития способности ориентирования в	Подводящие упражнения. Ходьба и бег за учителем в колонне по одному в заданном направлении (темп умеренный). Разучивание. Ходьба и бег в

					пространстве.	колонне со сменой направления движения по сигналу «Кругом!» Повторение. Ходьба и бег враспынную с нахождением своего места в колонне. Комплекс ОРУ без предметов. Коррекционная игра «Найди свое место в шеренге и колонне».
4.	Ходьба и бег в колонне.		Свисток, ограничители фишки		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Опосредованное закаливание. Коррекционная игра для развития способности ориентирования в пространстве.	Подводящие упражнения. Ходьба и бег в различных направлениях. Разучивание. Комплекс ОРУ в движении. Коррекционная игра «Веселые ракеты». Повторение. Ходьба и бег в колонне со сменой направления движения по сигналу «Кругом!»
5.	Бег в среднем темпе с переходом на ходьбу		Свисток, ограничители фишки		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Опосредованное закаливание. Коррекционная игра для развития способности ориентирования в пространстве.	Подводящие упражнения. Ходьба на носках, на пятках. Чередование бега и ходьбы по сигналу. Разучивание. Чередование бега и ходьбы по разметке. Повторение. Комплекс ОРУ в движении. Коррекционная игра «Веселые ракеты».
6.	Бег в		Свисток,		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег.	Подводящие упражнения.

	среднем темпе с переходом на ходьбу		ограничители фишки		Развитие общей выносливости. Развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Опосредованное закаливание. Коррекционная игра для развития способности ориентирования в пространстве.	Ходьба с различным положением рук: на пояс, к плечам. Разучивание. Бег и ходьба с преодолением препятствий Повторение. Чередование бега и ходьбы по разметке. Ходьба на носках, на пятках. Комплекс ОРУ в движении. Коррекционная игра «Веселые ракеты».
7.	Бег в среднем темпе с переходом на ходьбу		Свисток, ограничители фишки		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Опосредованное закаливание. Коррекционная игра для развития тактильно-кинестетической способности рук	Подводящие упражнения. Ходьба группами в быстром темпе. Разучивание. Перебежки группами на 15-20 м. Комплекс ОРУ с хлопками. Коррекционная игра «Передача обручей по кругу». Повторение. Бег и ходьба с преодолением препятствий. Ходьба на носках, на пятках, с различным положением рук. Чередование бега и ходьбы.
8.	Непрерывный бег с изменением темпа		Свисток, ограничители фишки		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Опосредованное закаливание. Коррекционная игра для развития тактильно-кинестетической способности рук	Подводящие упражнения. Ходьба со сменой темпа по сигналу Разучивание. Бег со сменой темпа по сигналу Повторение. Перебежки группами на 15-20 м. Комплекс ОРУ с хлопками.

						Коррекционная игра «Передача обручей по кругу».
9.	Непрерывн ый бег с изменением темпа		Свисток, ограничители фишки		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Опосредованное закаливание. Коррекционная игра для развития тактильно-кинестетической способности рук	Подводящие упражнения. Ходьба с преодолением препятствий. Разучивание. Бег с преодолением препятствий Повторение. Бег со сменой темпа по сигналу Комплекс ОРУ с хлопками. Коррекционная игра «Передача обручей по кругу».
10.	Непрерывн ый бег с изменением темпа		Свисток, ограничители фишки		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Опосредованное закаливание. Коррекционная игра для развития тактильно-кинестетической способности рук.	Подводящие упражнения. Ходьба в быстром темпе с подлезанием по дугам. Разучивание. Бег с подлезанием под дугами. Компле кс ОРУ в кругу. Коррекционная игра «Уголек» Повторение. Бег с преодолением препятствий
11.	Прыжки на двух ногах		Свисток		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие скоростно-силовых способностей ног, координационных способностей. Коррекционная игра для развития тактильно-кинестетической способности рук	Подводящие упражнения. Прыжки на двух ногах на месте и через веревочки с продвижением вперед. Ходьба приставным шагом правое, левое плечо вперед. Разучивание. Прыжки вверх из глубокого приседа. Повторение. Бег с подлезанием под дугами. Компле кс ОРУ в кругу.

						Коррекционная игра «Уголек».
12.	Прыжки на двух ногах		Свисток		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие скоростно-силовых способностей ног, Координационных способностей. Коррекционная игра для развития тактильно-кинестетической способности рук	Подводящие упражнения. Прыжки на двух ногах на месте вперед, назад, в право, в лево. Разучивание. Прыжки вверх из глубокого приседа на мягкое покрытие h- 20 см. Повторение. Прыжки вверх из глубокого приседа. Ходьба приставным шагом правое, левое плечо вперед. Комплекс ОРУ в кругу. Коррекционная игра «Уголек»
13.	Прыжки на двух ногах		Свисток		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие скоростно-силовых способностей ног, координационных способностей. Коррекционная игра для формирования способности вести совместные действия с партнером, развитие точности движений.	Подводящие упражнения. Прыжки вверх из глубокого приседа. Разучивание. Комплекс ОРУ с флажками. Коррекционная игра «Невод». Ходьба приставным шагом с приседанием. Повторение. Прыжки вверх из глубокого приседа на мягкое покрытие h- 20 см.
14.	Подпрыгивание вверх		Свисток		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие скоростно-силовых способностей ног, координационных способностей. Коррекционная игра для формирования способности вести совместные действия с партнером, развитие точности движений.	Подводящие упражнения. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. Разучивание. Подпрыгивание вверх толчком двумя на месте с захватом или касанием

						висящего предмета Повторение. Комплекс ОРУ с флажками. Коррекционная игра «Невод». Ходьба приставным шагом с приседанием.
15.	Подпрыгивание вверх		Свисток		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие скоростно-силовых способностей ног, координационных способностей. Коррекционная игра для формирования способности вести совместные действия с партнером, развитие точности движений.	Подводящие упражнения. Прыжки с ноги на ногу на заданное расстояние . Ходьба сочетании с движениями рук. Разучивание. Подпрыгивание вверхс разбега с касанием висящего предмета. Повторение. Подпрыгиваниев верхтолчкомдвумяна месте с касанием висящего предмета. Комплекс ОРУ с флажками. Коррекционная игра «Невод»
16.	Подпрыгивание вверх		Свисток		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие скоростно-силовых способностей ног, координационных способностей. Коррекционная игра для формирования способности вести совместные действия с партнером, развитие точности движений	Подводящие упражнения. Прыжки через мелкие предметы толчком двумя ногами. Разучивание. Комплекс ОРУ с набивными мешочками. Коррекционная игра «Мишка на льдине» Повторение. Подпрыгиваниев верхс разбега с касанием висящего предмета. Ходьба в сочетании с движениями рук.

17.	Прыжки с высоты с мягким приземлением.		Свисток		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие скоростно-силовых способностей ног, координационных способностей. Коррекционная игра для формирования способности вести совместные действия с партнером, развитие точности движений	Подводящие упражнения. Ходьба перекатом с пятки на носок. Прыжки через мелкие предметы толчком двумя ногами. Разучивание. Обучение приземлению. Спрыгивание с низкой гимнастической скамейки. Повторение. Комплекс ОРУ с набивными мешочками. Коррекционная игра «Мишка на льдине».
18.	Прыжки с высоты с мягким приземлением.		Свисток		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие скоростно-силовых способностей ног, координационных способностей. Коррекционная игра для формирования способности вести совместные действия с партнером, развитие точности движений	Подводящие упражнения. Запрыгивание и спрыгивание с низких устойчивых предметов. Разучивание. Запрыгивание и спрыгивание с низкой гимнастической скамейки. Повторение. Обучение приземлению. Спрыгивание с низкой гимнастической скамейки. Ходьба перекатом с пятки на носок. Комплекс ОРУ с набивными мешочками. Коррекционная игра «Мишка на льдине».
19.	Прыжки с высоты с мягким приземлением.		Свисток		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие скоростно-силовых способностей ног, координационных способностей. Коррекционная игра для активизации	Подводящие упражнения. Ходьба в полуприседе. Комплекс ОРУ с веревочками. Бег с захлестом

	ем.				психических процессов: восприятия, внимания, памяти	голении. Разучивание. Коррекционная игра «Повтори движение». Повторение. Запрыгивание и спрыгивание с низкой гимнастической скамейки.
20.	Метание с места в горизонтальную цель		Свисток		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие скоростно-силовых способностей рук и координационных способностей. Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти	Подводящие упражнения. Обучение захвату, движению рук и туловища. Метание набивного мешочка снизу ведущей рукой. Разучивание. Обучение захвату, движению рук и туловища. Метание малого мяча снизу ведущей рукой. Повторение. Ходьба в полуприседе. Комплекс ОРУ с веревочками. Коррекционная игра «Повтори движение». Бег с захлестом голени.
21.	Метание с места в горизонтальную цель		Теннисные мячи		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие скоростно-силовых способностей рук и координационных способностей. Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти	Подводящие упражнения. Метание набивного мешочка снизу правой и левой рукой в горизонтальную цель. Разучивание. Метание малого мяча снизу правой и левой рукой в горизонтальную цель. Ходьба с движениями рук: в стороны, назад, вперед, вверх. Повторение. Обучение захвату, движению рук и туловища. Метание малого

						мяча снизу ведущей рукой. Комплекс ОРУ с веревочками. Коррекционная игра «Повтори движение» Бег.
22.	Метание с места в горизонтальную цель		Теннисные мячи		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие скоростно-силовых способностей рук и координационных способностей. Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти	Подводящие упражнения. Разучивание. Метание малого мяча снизу правой и левой рукой в горизонтальную цель с увеличением расстояния до цели. Комплекс ОРУ в парах. Коррекционная игра «Овощи-Фрукты» Повторение. Метание малого мяча снизу правой и левой рукой в горизонтальную цель. Ходьба с движениями рук: в стороны, назад, вперед, вверх.
23.	Метание с места в горизонтальную цель		Теннисные мячи		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие скоростно-силовых способностей рук и координационных способностей. Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти	Подводящие упражнения. Ходьба змейкой. Разучивание. Метание малого мяча снизу правой и левой рукой в горизонтальную цель с различного расстояния. Повторение. Метание набивного мешочка снизу правой и левой рукой в горизонтальную цель с увеличением расстояния до цели. Комплекс ОРУ в парах. Коррекционная игра «Овощи-Фрукты»
24.	Метание с		Теннисные		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег.	Подводящие упражнения.

	места в вертикальную цель		мячи		Развитие скоростно-силовых способностей рук и координационных способностей. Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти	Захват мяча, движение руки, туловища при метании. Метание набивного мешочка сверху ведущей рукой. Разучивание. Метание малого мяча сверху ведущей рукой в вертикальную цель. Повторение. Комплекс ОРУ в парах. Игра «Совушка-сова». Коррекционная игра «Овощи-Фрукты». Ходьба змейкой
25.	Метание с места в вертикальную цель		Теннисные мячи		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие скоростно-силовых способностей рук и координационных способностей. Коррекционная игра для развития мелкой моторики рук	Подводящие упражнения. Метание набивного мешочка сверху ведущей рукой Разучивание. Комплекс ОРУ с кубиками. Ходьба и бег змейкой Коррекционная игра «Пальцевая гимнастика». Повторение. Метание малого мяча сверху ведущей рукой в вертикальную цель.
26.	Метание мяча из седа из-за головы		Теннисные мячи		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие скоростно-силовых способностей рук и координационных способностей. Коррекционная игра для развития мелкой моторики рук	Подводящие упражнения. Метание мяча из седа из-за головы двумя руками Разучивание. Метание набивного мяча из седа из-за головы двумя руками Повторение. Комплекс ОРУ с кубиками. Коррекционная игра «Пальцевая гимнастика». Ходьба и бег змейкой.
27.	Метание		Теннисные		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег.	Подводящие упражнения.

	мяча из седа из-за головы		мячи		Развитие скоростно-силовых способностей рук и координационных способностей. Коррекционная игра для развития мелкой моторики рук	Ходьба и бег по ориентирам. Метание мяча из и.п. стоя двумя руками. Разучивание. Метание набивного мяча из и.п. стоя. Повторение. Метание набивного мяча из седа из-за головы двумя руками Комплекс ОРУ с кубиками. Коррекционная игра «Пальцевая гимнастика».
28.	Сообщение теоретическ их сведений.		Беседа		Основы знаний: Чистота зала, снарядов. Техника безопасности на уроках гимнастики. Гигиенические требования к одежде и обуви гимнаста. Коррекционная игра для развития мелкой моторики рук	Беседа. Разучивание. Комплекс ОРУ со скакалками. Коррекционная игра «Веселая гимнастика». Повторение. Ходьба и бег по ориентирам, змейкой. Метание набивного мяча из и.п. стоя.
29.	Коррекция нарушений здоровья				Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Лечебно-оздоровительные упражнения для коррекции заболеваний и нарушений здоровья. Коррекционная игра для развития мелкой моторики рук	Разучивание. Коррекционные упражнения для формирования правильной осанки и свода стопы Повторение. Комплекс ОРУ со скакалками. Коррекционная игра «Пальцевая гимнастика».
30.	Коррекция нарушений здоровья				Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Лечебно-оздоровительные упражнения для коррекции заболеваний и нарушений здоровья. Коррекционная игра для развития мелкой моторики рук	Разучивание. Коррекционные упражнения для формирования правильной осанки и свода стопы Повторение. Комплекс ОРУ со скакалками. Коррекционная

						игра «Пальцевая гимнастика». Коррекционные упражнения для формирования правильной осанки
31.	Коррекция нарушений здоровья				Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Лечебно-оздоровительные упражнения для коррекции заболеваний и нарушений здоровья. Коррекционная игра для активизации речевой деятельности	Разучивание. Комплекс ОРУ с обручами. Коррекционная игра «Совушка-сова». Повторение. Коррекционные упражнения для формирования правильной осанки и свода стопы
32.	Ползание по гимнастический скамейке		Гимнастическая скамейка		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие координационных способностей. Коррекционная игра для активизации речевой деятельности	Подводящие упражнения. Ползание на четвереньках на заданное расстояние Разучивание. Ползание по гимнастический скамейке на четвереньках. Повторение. Комплекс ОРУ с обручами. Коррекционная игра «Совушка-сова».
33.	Ползание по гимнастический скамейке		Гимнастическая скамейка		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие координационных и силовых способностей. Коррекционная игра для активизации речевой деятельности	Подводящие упражнения. Ползание по гимнастический скамейке на животе подтягиваясь двумя руками с помощью. Разучивание. Ползание по гимнастический скамейке на животе подтягиваясь двумя руками самостоятельно. Повторение. Ползание по гимнастический скамейке на четвереньках. Комплекс ОРУ

						с обручами. Коррекционная игра «Совушка-сова».
34.	Ползание по гимнастический скамейке		Гимнастическая скамейка		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие координационных и силовых способностей. Коррекционная игра для активизации речевой деятельности	Подводящие упражнения. Ползание по гимнастический скамейке на животе подтягиваясь поочередно правой, левой рукой с помощью. Разучивание. Ползание по гимнастический скамейке на животе подтягиваясь поочередно правой, левой рукой самостоятельно. Комплекс ОРУ под музыкальное сопровождение. Коррекционная игра «Два мороза» Повторение. Ползание по гимнастический скамейке на животе подтягиваясь двумя руками
35.	Ползание по наклонной гимнастический скамейке		Гимнастическая скамейка		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие координационных способностей. Коррекционная игра для активизации речевой деятельности	Подводящие упражнения. Ползание на четвереньках на заданное расстояние. Разучивание. Ползание вверх по наклонной гимнастический скамейке на четвереньках. Повторение. Ползание вверх и вниз наклонной по гимнастический скамейке на четвереньках.

						Комплекс ОРУ под музыкальное сопровождение. Коррекционная игра «Два мороза»
36.	Ползание по наклонной гимнастической скамейке		Гимнастическая скамейка		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие координационных и силовых способностей. Коррекционная игра для активизации речевой деятельности	Подводящие упражнения. Ползание вверх и вниз наклонной по гимнастической скамейке на четвереньках с помощью. Разучивание. Ползание вверх и вниз наклонной по гимнастической скамейке на четвереньках самостоятельно. Повторение. Ползание вверх по наклонной гимнастической скамейке на четвереньках. Комплекс ОРУ под музыкальное сопровождение. Коррекционная игра «Два мороза»
37.	Ползание по наклонной гимнастической скамейке		Гимнастическая скамейка		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие координационных и силовых способностей. Коррекционная игра для развития способности ориентирования в пространстве.	Разучивание. Комплекс ОРУ на стульчиках. Коррекционная игра «Пустое место» Повторение. Ползание по гимнастической скамейке различными способами самостоятельно.
38.	Упражнения в равновесии		Секундомер, свисток		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие координационных и силовых способностей. Коррекционная игра для развития способности ориентирования в пространстве.	Подводящие упражнения. Ходьба по веревке, руки в стороны. Разучивание. Ходьба по веревке с мешочком на голове,

						руки в стороны. Повторение. Ползание по наклонной гимнастической скамейке на животе подтягиваясь поочередно правой и левой руками. Комплекс ОРУ на стульчиках. Коррекционная игра «Пустое место»
39.	Упражнения в равновесии		Секундомер, свисток		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие динамического равновесия. Коррекционная игра для развития способности ориентирования в пространстве.	Подводящие упражнения. Ходьба по веревке выложенной змейкой руки в стороны. Разучивание. Ходьба по веревке выложенной змейкой перешагивая мелкие предметы, руки в стороны. Повторение. Комплекс ОРУ на стульчиках. Коррекционная игра «Пустое место». Ходьба по веревке с мешочком на голове, руки в стороны.
40.	Упражнения в равновесии		Секундомер, свисток		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие динамического равновесия. Коррекционная игра для развития способности ориентирования в пространстве.	Подводящие упражнения. Ходьба по гимнастической скамейке. Разучивание. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом. Комплекс ОРУ с гимнастической скамейкой. Коррекционная игра «Стрелки»

						Повторение. Ходьба по веревке выложенной змейкой перешагивая мелкие предметы, руки в стороны.
41.	Упражнения в равновесии		Секундомер, свисток		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие динамического равновесия. Коррекционная игра для развития способности ориентирования в пространстве.	Подводящие упражнения. Ходьба по гимнастической скамейке перешагивая предметы. Разучивание. Ходьба по гимнастической скамейке с высоким подниманием бедра. Повторение. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом. Комплекс ОРУ с гимнастической скамейкой. Коррекционная игра «Стрелки»
42.	Упражнения в равновесии		Секундомер, свисток		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие динамического равновесия. Коррекционная игра для развития способности ориентирования в пространстве.	Подводящие упражнения. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом правое, левое плечо вперед. Разучивание. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом правое, левое плечо вперед перешагивая мелкие предметы. Повторение. Ходьба по гимнастической скамейке с высоким подниманием бедра. Комплекс ОРУ с

						гимнастической скамейкой. Коррекционная игра «Стрелки»
43.	Упражнения в равновесии		Секундомер, свисток		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие динамического равновесия. Коррекционная игра для развития тактильно-кинестетической способности рук	Подводящие упражнения. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. Разучивание. Комплекс ОРУ на гимнастических ковриках. Коррекционная игра «Колокольчик» Повторение. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом правое, левое плечо вперед перешагивая мелкие предметы.
44.	Лазание по гимнастической стенке		Гимнастическая стенка		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие силовых и координационных способностей. Коррекционная игра для развития тактильно-кинестетической способности рук	Подводящие упражнения. Лазание по гимнастической стенке одноименным способом с помощью. Разучивание. Лазание по гимнастической стенке одноименным способом без помощи. Повторение. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. Комплекс ОРУ на гимнастических ковриках. Коррекционная игра «Колокольчик»

45.	Лазание по гимнастической стенке		Гимнастическая стенка		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие силовых и координационных способностей. Коррекционная игра для развития тактильно-кинестетической способности рук	Подводящие упражнения. Лазание по гимнастической стенке одноименным способом на заданное расстояние с помощью. Разучивание. Лазание по гимнастической стенке одноименным способом на заданное расстояние самостоятельно. Повторение. Лазание по гимнастической стенке одноименным способом без помощи. Комплекс ОРУ на гимнастических ковриках. Коррекционная игра «Колокольчик»
46.	Лазание по гимнастической стенке		Гимнастическая стенка		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие силовых и координационных способностей. коррекционная игра для развития тактильно-кинестетической способности рук	Разучивание. Комплекс ОРУ с гантелями. Коррекционная игра «Угадай предмет» Повторение. Лазание по гимнастической стенке одноименным способом на заданное расстояние самостоятельно.
47.	Лазание по гимнастической стенке		Гимнастическая стенка		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие силовых и координационных способностей. Коррекционная игра для развития тактильно-кинестетической способности рук	Подводящие упражнения. Лазание по гимнастической стенке одноименным способом с переходом на соседний пролет с помощью. Разучивание. Лазание по

						гимнастической стенке одноименным способом с переходом на соседний пролет самостоятельно. Повторение. Комплекс ОРУ с гантелями. Коррекционная игра «Угадай предмет».
48.	Лазание по гимнастической стенке		Гимнастическая стенка		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие силовых и координационных способностей. Коррекционная игра для развития тактильно-кинестетической способности рук	Разучивание. Лечебно-оздоровительные упражнения для профилактики нарушений зрения. Повторение. Лазание по гимнастической стенке одноименным способом с переходом на соседний пролет самостоятельно. Комплекс ОРУ с гантелями. Коррекционная игра «Угадай предмет»
49.	Сообщение теоретических сведений.		Беседа		Основы знаний: Техника безопасности при занятиях подвижными играми. Оборудование и инвентарь. Виды подвижных игр. Взаимодействие игроков во время игры. Упражнения на релаксацию, дыхательные упражнения в игровой форме.	Беседа. Разучивание. Сюжетные ОРУ. Игра «Ловишки». Игровое упражнение «Задуй свечу». Повторение. Лечебно-оздоровительные упражнения для профилактики нарушений зрения.
50.	Подвижные игры с бегом		Свисток, ограничители		Развитие быстроты. Коррекционная игра для формирования способности вести совместные действия с партнером, развитие точности движений.	Разучивание. Коррекционная игра «Паровозик» Повторение. Сюжетные ОРУ. Игра «Ловишки»

51.	Подвижные игры с бегом		Свисток, ограничители		Развитие быстроты. Коррекционная игра для формирования способности вести совместные действия с партнером, развитие точности движений	Разучивание. Повторение. Сюжетные ОРУ. Игра «Ловишки» Коррекционная игра «Паровозик»
52.	Подвижные игры с прыжками		Свисток, ограничители		Развитие скоростно-силовых способностей ног. Коррекционная игра для формирования способности вести совместные действия с партнером, развитие точности движений	Разучивание. Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Волк во рву» Повторение. Коррекционная игра «Паровозик»
53.	Подвижные игры с прыжками		Свисток, ограничители		Развитие скоростно-силовых способностей ног. Коррекционная игра для формирования способности вести совместные действия с партнером, развитие точности движений	Разучивание. Коррекционная игра «Перебежки в парах» Повторение. Комплекс ОРУ с большими мячами Игра «Волк во рву»
54.	«Школа мяча»		Свисток, ограничители, мячи баскетбольные малые		Развитие координационных способностей. Развитие скоростно-силовых способностей ног. Коррекционная игра для формирования способности вести совместные действия с партнером, развитие точности движений	Подводящие упражнения. Броски мяча об пол. Разучивание. Броски мяча об пол и ловля двумя руками, подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками. Повторение. Комплекс ОРУ с большими мячами Игра «Волк во рву». Коррекционная игра «Перебежки в парах»
55.	«Школа мяча»		Свисток, ограничители, мячи баскетбольные малые		Развитие скоростных и координационных способностей: дифференцирование пространственных и силовых параметров движения. Коррекционная игра для формирования способности вести совместные действия с партнером, развитие точности движений	Подводящие упражнения. Подбрасывание мяча вверх. Разучивание. Сюжетные ОРУ. Игра «Охотники и зайцы». Повторение. Броски мяча об пол и ловля двумя руками,

						подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками. Коррекционная игра «Перебежки в парах».
56.	«Школа мяча»		Свисток, ограничители, мячи баскетбольные малые		Развитие скоростных и координационных способностей: дифференцирование пространственных и силовых параметров движения. Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти.	Разучивание. Подбрасывание мяча вверх с хлопком. Коррекционная игра «Части тела» Повторение. Сюжетные ОРУ. Игра «Охотники и зайцы».
57.	«Школа мяча»		Свисток, ограничители, мячи баскетбольные малые		Развитие скоростных и координационных способностей: дифференцирование пространственных и силовых параметров движения. Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти.	Подводящие упражнения. Броски мяча снизу двумя руками о стену. Разучивание. Перебрасывание мяча снизу в парах. Повторение. Подбрасывание мяча вверх с хлопком. Сюжетные ОРУ. Игра «Охотники и зайцы». Коррекционная игра «Части тела».
58.	«Школа мяча»		Свисток, ограничители, мячи баскетбольные малые		Развитие скоростных и координационных способностей: дифференцирование пространственных и силовых параметров движения. Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти.	Подводящие упражнения. Броски мяча от груди двумя руками о стену. Разучивание. Броски мяча от груди двумя руками в парах. Комплекс ОРУ со средними мячами. Игра «Перестрелка» Повторение. Коррекционная игра «Части тела» Перебрасывание мяча

						снизу в парах.
59.	«Школа мяча»		Свисток, ограничители, мячи баскетбольные малые		Развитие скоростных и координационных способностей: дифференцирование пространственных и силовых параметров движения. Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти.	Подводящие упражнения. Броски мяча от головы двумя руками о стену. Разучивание. Броски мяча от головы двумя руками с отскока от пола в парах. Коррекционная игра «Что пропало?» Повторение. Комплекс ОРУ со средними мячами. Броски мяча от груди двумя руками в парах. Игра «Перестрелка»
60.	«Школа мяча»		Свисток, ограничители, мячи баскетбольные малые		Развитие скоростных и координационных способностей: дифференцирование пространственных и силовых параметров движения. Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти.	Подводящие упражнения. Пас ведущей ногой в воротники. Разучивание. Пас ведущей ногой в парах. Повторение. Броски мяча от головы двумя руками с отскока от пола в парах. Комплекс ОРУ со средними мячами. Коррекционная игра «Что пропало?». Игра «Перестрелка»
61.	«Школа мяча»		Свисток, ограничители, мячи баскетбольные малые		Развитие скоростных и координационных способностей: дифференцирование пространственных и силовых параметров движения. Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти.	Подводящие упражнения. Пас правой, левой ногой в воротники. Разучивание. Пас правой, левой ногой в парах. Сюжетные ОРУ. Игра «Попрыгушки»

						Повторение. Пас ведущей ногой в парах. Коррекционная игра «Что пропало?»
62.	«Школа мяча»		Свисток, ограничители, мячи баскетбольные малые		Развитие скоростных и координационных способностей: дифференцирование пространственных и силовых параметров движения. Коррекционная игра для развития мелкой моторики рук	Разучивание. Пас правой, левой ногой в парах с разного расстояния. Коррекционная игра «Зайчики-пальчики». Повторение. Сюжетные ОРУ. Пас правой, левой ногой в парах. Игра «Попрыгушки»
63.	«Школа мяча»		Свисток, ограничители, мячи баскетбольные малые		Развитие скоростных и координационных способностей: дифференцирование пространственных и силовых параметров движения. Коррекционная игра для развития мелкой моторики рук	Подводящие упражнения. Удары мяча об пол правой рукой несколько раз подряд, затем и левой рукой. Разучивание. Удары мяча об пол правой, левой рукой поочередно. Повторение. Сюжетные ОРУ. Коррекционная игра «Зайчики-пальчики». Игра «Попрыгушки»
64.	«Школа мяча»		Свисток, ограничители, мячи баскетбольные малые		Развитие скоростных и координационных способностей: дифференцирование пространственных и силовых параметров движения. Коррекционная игра для развития мелкой моторики рук	Подводящие упражнения. Удары мяча об пол правой рукой несколько раз подряд, затем и левой рукой на месте. Разучивание. Удары мяча об пол правой рукой несколько раз подряд, затем и левой рукой в движении вперед. Комплекс ОРУ с малыми

						мячами. Игра «С кочки на кочку» Повторение. Удары мяча об пол правой, левой рукой поочередно. Коррекционная игра «Зайчики-пальчики».
65.	«Школа мяча»		Свисток, ограничители, мячи баскетбольные малые		Развитие скоростных и координационных способностей: дифференцирование пространственных и силовых параметров движения. Коррекционная игра для развития мелкой моторики рук	Подводящие упражнения. Удары мяча об пол правой, левой рукой поочередно на месте. Разучивание. Удары мяча об пол правой, левой рукой поочередно в движении вперед. Коррекционная игра «Заяц, коза, гребешок, замок». Повторение. Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «С кочки на кочку»
66.	«Школа мяча»		Свисток, ограничители, мячи баскетбольные малые		Развитие скоростных и координационных способностей: дифференцирование пространственных и силовых параметров движения. Коррекционная игра для развития мелкой моторики рук	Подводящие упражнения. Удары мяча об пол одновременно обеими руками стоя на месте. Разучивание. Удары мяча об пол одновременно обеими руками в движении приставным шагом вправо. Повторение. Комплекс ОРУ с малыми мячами. Удары мяча об пол правой, левой рукой

						поочередно в движении вперед. Коррекционная игра «Заяц, коза, гребешок, замок». Ирга «С кочки на кочку».
67.	«Школа мяча»		Свисток, ограничители, мячи баскетбольные малые		Развитие скоростных и координационных способностей: дифференцирование пространственных и силовых параметров движения. Коррекционная игра для развития мелкой моторики рук	Подводящие упражнения. Удары мяча об пол одновременно обеими руками стоя на месте. Разучивание. Удары мяча об пол одновременно обеими руками в движении приставным шагом влево. Сюжетные ОРУ. Игра «Филин и пташки» Повторение. Удары мяча об пол одновременно обеими руками в движении приставным шагом вправо. Коррекционная игра «Заяц, коза, гребешок, замок».
68.	«Школа мяча»		Свисток, ограничители, мячи баскетбольные малые		Развитие скоростных и координационных способностей: дифференцирование пространственных и силовых параметров движения. Коррекционная игра для развития речевой деятельности, способности к звукоподражанию	Подводящие упражнения. Удары мяча об пол одновременно обеими руками стоя на месте. Разучивание. Удары мяча об пол одновременно обеими руками в сочетании с движением вперед. Коррекционная игра «Гуси-Лебеди» Повторение. Сюжетные ОРУ.

						Удары мяча об пол одновременно обеими руками в движении приставным шагом влево. Игра «Филин и пташки»
69.	«Школа мяча»		Свисток, ограничители, мячи баскетбольные малые		Развитие скоростных и координационных способностей: дифференцирование пространственных и силовых параметров движения. Коррекционная игра для развития речевой деятельности, способности к звукоподражанию	Подводящие упражнения. Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками. Разучивание. Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками в сочетании с шагом вправо. Повторение. Сюжетные ОРУ. Удары мяча об пол одновременно обеими руками в сочетании с движением вперед. Коррекционная игра «Гуси-Лебеди». Игра «Филин и пташки»
70.	«Школа мяча»		Свисток, ограничители, мячи баскетбольные малые		Развитие скоростных и координационных способностей: дифференцирование пространственных и силовых параметров движения. Коррекционная игра для развития речевой деятельности, способности к звукоподражанию	Подводящие упражнения. Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками. Разучивание. Комплекс ОРУ с набивными мячами. Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками в сочетании с шагом влево. Игра «Платочек» Повторение. Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками в сочетании с шагом вправо.

						Коррекционная игра «Гуси-Лебеди».
71.	«Школа мяча»		Свисток, ограничители, мячи баскетбольные малые		Развитие скоростных и координационных способностей: дифференцирование пространственных и силовых параметров движения. Коррекционная игра для развития речевой деятельности, способности к звукоподражанию	Подводящие упражнения. Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками. Разучивание. Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками в сочетании с шагом вперед. Коррекционная игра «У медведя во бору». Игра «Бой петухов» Повторение. Комплекс ОРУ с набивными мячами. Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками в сочетании с шагом влево.
72.	«Школа мяча»		Свисток, ограничители, мячи баскетбольные малые		Развитие скоростных и координационных способностей: дифференцирование пространственных и силовых параметров движения. Коррекционная игра для развития речевой деятельности, способности к звукоподражанию	Подводящие упражнения. Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками в сочетании с движением в заданном направлении. Разучивание. Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками в сочетании с движением веред, вправо, влево. Повторение. Комплекс ОРУ с набивными мячами. Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками в сочетании с шагом вперед. Коррекционная игра «У

						медведя во бору». Игра «Бой петухов»
73.	«Школа мяча»		Свисток, ограничители, мячи баскетбольные малые		Развитие скоростных и координационных способностей: дифференцирование пространственных и силовых параметров движения. Коррекционная игра для развития речевой деятельности, способности к звукоподражанию.	Подводящие упражнения. Броски мяча о стену снизу двумя руками. Разучивание. Броски мяча о стену снизу двумя руками в цель. Сюжетные ОРУ. Повторение. Коррекционная игра «У медведя во бору». Игра «бой петухов».
74.	«Школа мяча»		Свисток, ограничители, мячи баскетбольные малые		Развитие скоростных и координационных способностей: дифференцирование пространственных и силовых параметров движения. Упражнения на релаксацию, дыхательные упражнения в игровой форме.	Подводящие упражнения. Броски мяча о стену снизу двумя руками. Разучивание. Броски мяча о стену снизу двумя руками в сочетании с движениями рук (хлопки в ладоши и т.п). Игра «Ловишки-хвостики». Дыхательные упражнения «Часы», «Веселый петушок». Повторение. Сюжетные ОРУ. Броски мяча о стену снизу двумя руками в цель.
75.	«Школа мяча»		Свисток, ограничители, мячи баскетбольные малые		Развитие скоростных и координационных способностей: дифференцирование пространственных и силовых параметров движения. Упражнения на релаксацию, дыхательные упражнения в игровой форме.	Разучивание. Дыхательные упражнения «Воздушный шар», «Окно-дверь». Повторение. Броски мяча о стену снизу двумя руками в сочетании с движениями рук (хлопки в ладоши и т.п). Сюжетные ОРУ. Броски мяча

						о стену снизу двумя руками. Игра «Ловишки-хвостики».
76.	Сообщение теоретических сведений.		Беседа		Гимнастическое оборудование: название, назначение, техника безопасности, страховка. Значение физических упражнений, питания и закаливания в жизни человека.	Беседа. Подводящие упражнения. Ходьба по кругу и змейкой. Разучивание. Комплекс ОРУ со скакалками. Повторение. Дыхательные упражнения «Воздушный шар», «Окно-дверь». Игра «Ловишки-хвостики».
77.	Корректирующие упражнения		Свисток, скакалка		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Коррекция двигательных нарушений. Развитие гибкости. Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти	Разучивание. Корректирующие упражнения для укрепления мышц спины и живота. Коррекционная игра «Нос, пол, потолок» Повторение. Комплекс ОРУ со скакалками
78.	Корректирующие упражнения		Свисток, скакалка		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Коррекция двигательных нарушений. Развитие гибкости. Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти	Разучивание. Корректирующие упражнения для развития мышц рук и плечевого пояса; мышц ног. Повторение. Корректирующие упражнения для укрепления мышц спины и живота. Комплекс ОРУ со скакалками. Коррекционная игра «Нос, пол, потолок»
79.	Корректирующие упражнения		Свисток, обручи		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Коррекция двигательных нарушений. Развитие гибкости. Коррекционная игра для активизации психических процессов:	Разучивание. Корректирующие упражнения для формирования правильного положения и

					восприятия, внимания, памяти	движений рук, ног, головы, туловища. Комплекс ОРУ с обручами. Корректирующие упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев Повторение. Корректирующие упражнения для развития мышц рук и плечевого пояса; мышц ног. Коррекционная игра «Нос, пол, потолок»
80.	Корректирующие упражнения		Свисток, обручи		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Коррекция двигательных нарушений. Развитие гибкости. Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти	Разучивание. Корректирующие упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев Коррекционная игра «Лови-не лови» Повторение. Комплекс ОРУ с обручами. Корректирующие упражнения для формирования правильного положения и движений рук, ног, головы, туловища.
81.	Корректирующие упражнения		Свисток, обручи		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Коррекция двигательных нарушений. Развитие гибкости. Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти	Разучивание. Корректирующие упражнения для расслабления мышц Повторение. Корректирующие упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев Комплекс ОРУ с обручами Коррекционная игра «Лови-не лови»

82.	Корректирующие упражнения				Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Коррекция двигательных нарушений. Развитие ритмической способности. Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти.	Разучивание. Дыхательные упражнения. Комплекс ОРУ под музыкальное сопровождение. Повторение. Корректирующие упражнения для расслабления мышц. Коррекционная игра «Лови-не лови»
83.	Ползание		Дуги, свисток		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие ритмической способности. Коррекционная игра для развития речевой деятельности, способности к звукоподражанию.	Подводящие упражнения. Ползание под дугами на четвереньках. Разучивание. Ползание под дугами на четвереньках на заданное расстояние в сочетании с ходьбой. Коррекционная игра «Лохматый пес». Повторение. Комплекс ОРУ под музыкальное сопровождение. Дыхательные упражнения.
84.	Ползание		Дуги, свисток		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие ритмической способности, согласованности движений. Коррекционная игра для развития речевой деятельности, способности к звукоподражанию.	Подводящие упражнения. Ползание под дугами правым, левым боком. Разучивание. Ползание под дугами правым, левым боком на заданное расстояние в сочетании с ходьбой. Повторение. Ползание под дугами на четвереньках на заданное расстояние в сочетании с ходьбой.

						Комплекс ОРУ под музыкальное сопровождение. Коррекционная игра «Лохматый пес».
85.	Ползание		Дуги, свисток		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие согласованности движений Коррекционная игра для развития речевой деятельности, способности к звукоподражанию.	Подводящие упражнения. Ползание по пластуны. Разучивание. Комплекс ОРУ на стульчиках. Повторение. Ползание под дугами правым, левым боком на заданное расстояние в сочетании с ходьбой. Коррекционная игра «Лохматый пес»
86.	Упражнения в равновесии		Гимнастическая скамейка		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие динамического равновесия, согласованности движений. Коррекционная игра для развития речевой деятельности, способности к звукоподражанию.	Подводящие упражнения. Ходьба по гимнастической скамейке с высоким подниманием бедра с помощью. Разучивание. Ходьба по гимнастической скамейке с высоким подниманием бедра самостоятельно. Коррекционная игра «Кот и воробьи» Повторение. Комплекс ОРУ на стульчиках. Ползание по пластуны.
87.	Упражнения в равновесии		Гимнастическая скамейка		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие динамического равновесия. Коррекционная игра для развития речевой деятельности, способности к	Подводящие упражнения. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на 360 с помощью.

					звукоподражанию.	Разучивание. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на 360 самостоятельно. Повторение. Комплекс ОРУ на стульчикахКоррекционная игра «Кот и воробьи». Ходьба по гимнастической скамейке с высоким подниманием бедра самостоятельно.
88.	Упражнения в равновесии		Гимнастическая скамейка		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие динамического равновесия, Коррекционная игра для развития речевой деятельности, способности к звукоподражанию.	Подводящие упражнения. Ходьба по гимнастической скамейке с полуприседом на середине. Разучивание. Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием на середине. Комплекс ОРУ без предметов. Повторение. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на 360 самостоятельно. Коррекционная игра «Кот и воробьи»
89.	Медленный бег.		Свисток, ограничители фишки		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Коррекционная игра для развития способности ориентирования в пространстве	Подводящие упражнения. Быстрая ходьба держась за канат. Разучивание. Высокий старт.Поддержание заданного ритма бега держась за канат. Коррекционная игра «Бабочки»

						Повторение. Комплекс ОРУ без предметов.
90.	Медленный бег		Свисток, ограничители фишки		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Коррекционная игра для развития способности ориентирования в пространстве.	Разучивание. Дыхание во время бега. Поддержание заданного ритма бега за учителем. Повторение. Высокий старт.Поддержание заданного ритма бега держась за канта. Комплекс ОРУ без предметов. Коррекционная игра «Бабочки»
91.	Медленный бег		Свисток, ограничители фишки		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Коррекционная игра для развития способности ориентирования в пространстве.	Разучивание. Комплекс ОРУ в движении. Коррекционная игра «Бабочки» Повторение. Дыхание во время бега. Поддержание заданного ритма бега за учителем.
92.	Чередование бега и ходьбы на расстоянии		Свисток, ограничители фишки		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Коррекционная игра для развития способности ориентирования в пространстве	Подводящие упражнения. Чередование быстрой и медленной ходьбы. Разучивание. Бег и ходьба в чередовании по самочувствию. Коррекционная игра «Бездомный заяц» Повторение. Комплекс ОРУ в движении.
93.	Чередование бега и ходьбы на		Свисток, ограничители фишки		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Коррекционная игра для развития	Подводящие упражнения. Бег и ходьба в чередовании Разучивание. Бег и ходьба в

	расстоянии				способности ориентирования в пространстве.	чередовании по сигналу. Повторение. Бег и ходьба в чередовании по самочувствию. Комплекс ОРУ в движении. Коррекционная игра «Бездомный заяц»
94.	Чередование бега и ходьбы на расстоянии		Свисток, ограничители фишки		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Коррекционная игра на развитие способности ориентирования в пространстве	Подводящие упражнения. Бег и ходьба в чередовании Разучивание. Бег и ходьба в чередовании по сигналу с постепенным увеличением нагрузки. Комплекс ОРУ с хлопками. Повторение. Бег и ходьба в чередовании по сигналу. Коррекционная игра «Бездомный заяц»
95.	Быстрый бег.		Свисток, ограничители фишки		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие скоростных способностей. Коррекционная игра для развития речевой деятельности, способности к звукоподражанию.	Подводящие упражнения. Бег на короткую дистанцию: старт, финиширование. Разучивание. Челночный бег. Коррекционная игра «Медведь и пчелы». Повторение. Комплекс ОРУ с хлопками.
96.	Быстрый бег		Свисток, ограничители фишки		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие скоростных способностей. Коррекционная игра для развития речевой деятельности, способности к звукоподражанию.	Подводящие упражнения. Команды: «На старт!», «Внимание!», «Марш!» Разучивание. Бег по команде.

						Повторение. Челночный бег. Комплекс ОРУ с хлопками. Коррекционная игра «Медведь и пчелы».
97.	Быстрый бег		Свисток, ограничители фишки		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие скоростных способностей. Коррекционная игра для развития речевой деятельности, способности к звукоподражанию.	Подводящие упражнения. Бег на короткую дистанцию в парах. Разучивание. Комплекс ОРУ в кругу. Повторение. Бег по команде. Коррекционная игра «Медведь и пчелы».
98.	Метание с места на дальность		Теннисные мячи, рулетка, флажки		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие скоростно-силовых способностей. Коррекционная игра для развития речевой деятельности, способности к звукоподражанию.	Подводящие упражнения. Захват предмета. Положение рук и туловища. Имитация бросков без предмета. Разучивание. Метание мяча с места на дальность ведущей рукой. Коррекционная игра «Мышка и огуречики». Повторение. Комплекс ОРУ в кругу.
99.	Метание с места на дальность		Теннисные мячи, рулетка, флажки		Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие скоростно-силовых способностей. Коррекционная игра для развития речевой деятельности, способности к звукоподражанию. Итоговый контроль физической подготовленности.	Подводящие упражнения. Метание мяча с места на дальность ведущей рукой. Разучивание. Метание мяча с места на дальность правой, левой рукой. Повторение. Комплекс ОРУ в кругу. Коррекционная игра «Мышка и огуречики» . Тестирование.

Рабочая программа

Всего уроков: 99Из них: К.Р. – 0чР.Р.- 0ч. Лабораторных работ: - 0чПрактических работ: -98.

РАССМОТРЕНО

на заседании предметно-циклового методического
объединения учителей предметников
протокол от «27» июля 2024 года № 1

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР _____/Вахрушева О.Ф./ « 27 »июля 2024 г.

Листа внесения изменений в рабочую программу

№ п/п	Дата урока по журналу	Характеристика вносимых изменений	Реквизиты документа, в котором регламентируются вносимые изменения	Подпись зам. директора по УВР