

Муниципальное общеобразовательное учреждение
Иркутского районного муниципального образования
«Бургазская начальная школа»



УТВЕРЖДЕНО
директор

Витязева Е.В.

Приказ № от 2023 г.

Адаптированная образовательная программа для обучающихся с легкой
умственной отсталостью

по предмету «Адаптивная физкультура»

для 2 класса (Вариант 1)

уровень: начальное общее образование

2023 год

2023 год

Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа по предмету «Физическая культура» для 2 класса (вариант 1) разработана в соответствии с Законом «Об образовании» Российской Федерации (далее – РФ) от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ, согласно СанПиН 2.4.2.3286-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в учреждениях, осуществляющих образовательную деятельность по АООП для обучающихся с ОВЗ», порядку организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам, утверждённому приказом МОиН РФ от 30.08.2013г. №1015, на основе ФГОС обучающихся с ОВЗ (далее – Стандарт), утверждённого приказом Министерства образования и науки РФ (далее – МОиН РФ) от 19.12.2014г. №1598, Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»; адаптированной основной общеобразовательной программы (далее - АООП) МОУ ИРМО «Бургазская НОШ»

Предлагаемая программа ориентирована на примерную адаптированную основную общеобразовательную программу образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Физическая культура является составной частью образовательного процесса обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Она решает образовательные, воспитательные, коррекционно-развивающие и лечебно-оздоровительные задачи. Физическое воспитание рассматривается и реализуется комплексно и находится в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим, трудовым обучением; занимает одно из важнейших мест в подготовке этой категории обучающихся к самостоятельной жизни, производительному труду, воспитывает положительные качества личности, способствует социальной интеграции школьников в общество.

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

Основные задачи изучения предмета:

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

- коррекция нарушений физического развития;
 - формирование двигательных умений и навыков;
 - развитие двигательных способностей в процессе обучения;
 - укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;
-
- раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;
 - формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;
 - формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
 - поддержание устойчивой физической работоспособности на достигнутом уровне;
 - формирование познавательных интересов, сообщение доступных теоретических сведений по физической культуре;
 - воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями;
 - воспитание нравственных, морально-волевых качеств (настойчивости, смелости), навыков культурного поведения;
- Коррекция недостатков психического и физического развития с учетом возрастных особенностей обучающихся, предусматривает:
- обогащение чувственного опыта;
 - коррекцию и развитие сенсомоторной сферы;
 - формирование навыков общения, предметно-практической и познавательной деятельности.

Ценностные ориентиры содержания курса: «Знания о физической культуре», «Гимнастика», «Легкая атлетика», «Игры». Каждый из перечисленных разделов включает некоторые теоретические сведения и материал для практической подготовки обучающихся.

Рекомендации по учебно-методическому и материально-техническому обеспечению:

- учебники и учебные пособия по адаптивной физической культуре, дефектологии, лечебной физической культуре, комплексной профилактике заболеваний и реабилитации больных и инвалидов, коррекционным подвижным играм и упражнениям для детей с нарушениями в развитии;
- периодические издания («Адаптивная физическая культура», «Дефектология», «Теория и практика физической культуры», «Физическая культура: воспитание, образование, тренировка»);
- демонстрационные материалы (плакаты, таблицы, видеоматериалы);
- дидактический материал: изображения (картинки, фото, пиктограммы) спортивного инвентаря;
- альбомы с демонстрационным материалом в соответствии с темами занятий;
- демонстрационный материал: спортивная одежда и обувь, инвентарь.
- спортивный инвентарь: мячи разного диаметра, обручи, кегли, кольцоброс, гимнастические коврики, корзины и т.д.

Место курса в учебном плане

Изучение предмета «Физическая культура» во 2 классе рассчитано на 102 часа (34 недели – 3 часа в неделю).

Содержание учебного предмета

Содержание учебного предмета «Физическая культура», 2 класс полностью соответствует федеральному государственному образовательному стандарту образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Учебно - тематический план

№	Наименование раздела	Количество часов
	1 четверть	27
1	«Знания о физической культуре»	5
2	«Гимнастика»	6
3	«Лёгкая атлетика»	16
	2 четверть	21
1	«Знания о физической культуре»	3
2	«Гимнастика»	3
3	«Лёгкая атлетика»	15
	3 четверть	30
1	«Знания о физической культуре»	1
2	«Гимнастика»	8
3	«Лёгкая атлетика»	16
4	«Игры»	5
	4 четверть	24
1	«Знания о физической культуре»	2
2	«Лёгкая атлетика»	9
3	«Игры»	13

Содержание программы 102 часа

Знания о физической культуре. Правила поведения и техника безопасности в спортивном зале. Чистота одежды и обуви. Правила утренней гигиены и их значение для человека. Правила поведения на уроках физической культуры (техника безопасности). Чистота зала, снарядов. Формирование понятий: опрятность, аккуратность. Значение и основные правила закаливания.

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 с предметами: флажками; малыми мячами; большим мячом; 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 учащихся с правилами дыхания во время ходьбы и бега. Ознакомление учащихся с правильным положением тела во время выполнения ходьбы, бега, прыжков. **Практический материал:** Ходьба. 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 учителя. 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 и т. д. Ходьба шеренгой с открытыми и с закрытыми глазами. Бег на расстоянии. Бег с преодолением простейших препятствий (канавки, подлезание под сетку, обегание стойки и т. д.). Быстрый бег на скорость. Медленный бег. Чередование бега и ходьбы. Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте и с продвижением вперед,

назад, вправо, влево. Прыжки в длину с места. Прием и передача мяча, флажков по кругу, в колонне. Броски и ловля мячей. Метание с места малого мяча в стенку правой и левой рукой. Метание теннисного мяча. Метание мяча с места в цель.

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; построениями и перестроениями; бросанием, ловлей, метанием.

Требование к уровню подготовки учащихся.

К концу обучения учащиеся должны знать и уметь следующее:

Минимальный уровень:

- представления о физической культуре как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- выполнение комплексов утренней гимнастики под руководством учителя;
- знание основных правил поведения на уроках физической культуры и осознанное их применение;
- выполнение несложных упражнений по словесной инструкции при выполнении строевых команд;
- представления о двигательных действиях; знание основных строевых команд; подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- ходьба в различном темпе с различными исходными положениями; взаимодействие со сверстниками в организации и проведении подвижных игр, элементов соревнований; участие в подвижных играх и эстафетах под руководством учителя;
- знание правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

Достаточный уровень:

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

Планируемые результаты освоения предмета «Физическая культура» во 2 классе.

Личностными результатами изучения курса «Физическая культура» во 2 классе является формирование следующих умений:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами изучения курса «Физическая культура» во 2 классе является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, проведение профилактики плоскостопия;
- содействие гармоничному физическому развитию, выработать устойчивость к неблагоприятным условиям внешней среды;
- выполнение индивидуально подобранные комплексы упражнений;
- преодоление полосы препятствий с использованием разнообразных способов передвижения;
- выполнение приемов страховки и самостраховки;
- выполнение комплексы упражнений общей и специальной физической подготовки;
- выполнение соревновательные упражнения в избранном виде спорта;
- овладение школой движений;
- развитие координационных и кондиционных способностей;
- самоконтроль результата путём сравнения его с эталоном (рисунком, схемой, таблицей).

Познавательные УУД:

- чтение графических изображений (рисунки, схемы);
- выработка представлений об основных видах спорта;
- формирование знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособности и развитие двигательных способностей;
- выполнение инструкций, несложных алгоритмов при решении учебных задач;

Коммуникативные УУД:

- умение договариваться, приходить к общему решению в совместной игровой деятельности;
- умение задавать вопросы, необходимые для организации сотрудничества с партнером (соседом по команде);
- осуществление взаимного контроля и необходимой взаимопомощи (страховки) в процессе занятий.

Предметными результатами изучения курса «Физическая культура» в 4 классе является сформированность следующих умений:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- подавать строевые команды, вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы.

Календарно – тематическое планирование «Физическая культура» во 2 классе (вариант 1)

№ п/п	Тема урока	Тип урока Кол-во часов	Планируемый результат	Элементы содержания урока (ученик должен знать)	Планируемые результаты (личностные и метапредметные)				Дата	
					Характеристика деятельности				план	факт
1 четверть – 27ч.										
Знания о физической культуре.										
1	Правила поведения на уроках физической культуры (техника безопасности).	Урок ознакомления с новым материалом 1 ч.	Знать правила поведения в спортивном зале (кабинете), уметь их соблюдать, уметь отвечать на вопросы учителя.	Беседа. Слушание. Знание учащихся правил поведения в спортивном зале.	Осознание себя как ученика, заинтересованного обучением, занятием.	Формирование знаний о правилах поведения в спортивном зале. Осознание важности освоения универсальных умений.	Умение вступать в контакт и работать с учителем.	Умение организовывать себе рабочее место под руководством учителя.		
2	Знакомство с физкультурным залом. Совместное рассмотрение с преподавателем оборудования спортивного зала.	Урок ознакомления с новым материалом 1 ч.	Знать оборудование спортивного зала, его назначение, уметь отвечать на вопросы учителя.	Беседа. Слушание. Знание учащихся оборудования спортивного зала, его назначение.	Уметь слушать учителя. Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками.	Формирование знаний о спортивном оборудовании. Осознание важности освоения универсальных умений.	Формирование способов позитивного взаимодействия. Умение задавать вопросы.	Умение организовать самостоятельную деятельность.		
3	Чистота одежды и обуви. Чистота зала, снарядов.	Урок ознакомления с новым материалом 1 ч.	Уметь следить за чистотой своих вещей, переодеваться в спортивную форму и обувь.	Беседа. Слушание. Знание учащихся названия спортивного оборудования, правил ухода за одеждой и обувью.	Уметь слушать учителя.	Формирование знаний о спортивной одежде, оборудовании. Осознание важности освоения универсальных умений.	Формирование способов позитивного взаимодействия.	Умение организовать самостоятельную деятельность.		
4	Демонстрация работы с физкультурными	Урок ознакомления с	Знать оборудование спортивного зала, его назначение,	Беседа. Слушание. Знание учащихся оборудования	Уметь слушать учителя. Активно включаться в	Формирование знаний о спортивном	Формирование способов позитивного	Умение организовать самостоятельную		

	снарядами.	новым материалом 1 ч.	уметь отвечать на вопросы учителя.	спортивного зала, его назначение.	общение и взаимодействие со сверстниками	оборудовании. Осознание важности освоения универсальных умений	взаимодействия. Умение задавать вопросы.	деятельность		
5	Правила утренней гигиены и их значение для человека.	Урок озна- комле- ния с новым материалом 1 ч.	Знать правила утренней гигиены и их значение для человека.	Беседа. Слушание. Ответы на вопросы. Знание учащихся для чего нужно соблюдать правила личной гигиены.	Уметь слушать учителя.	Умение работать с несложной по содержанию и структуре информацией.	Соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться.	Умение произвольно включаться в деятельность.		

Гимнастика.

6	Одежда и обувь гимнаста. Элементар- ные сведения о гимнастических снарядах и предметах.	Урок озна- комле- ния с новым материалом 1 ч.	Знать, как выглядит гимнаст, его спортивная форма. Уметь называть элементарные гимнастичес- кие снаряды и предметы.	Беседа. Слушание. Ответы на вопросы. Знание учащихся о гимнастических снарядах и предметах, их назначении, отличать одежду и обувь гимнаста.	Уметь слушать учителя.	Формирование знаний о спортивной одежде, оборудовании. Осознание важности освоения универсальных умений.	Формирова- ние способов позитивного взаимодейст- вия.	Умение организовать самостоятельную деятельность.		
7	Правила поведения на уроках гимнастики.	Урок озна- комле- ния с новым материалом 1 ч.	Знать правила поведения на уроках гимнастики. Учиться принимать исходное положение для построения и перестроения: основная стойка, стойка «ноги на ширине плеч», строиться под руководством учителя.	Беседа. Слушание. Знание учащихся порядок построения. ОРУ.	Формирова- ние положитель- ного отношения к учению.	Осознание важности освоения универсальных умений.	Умение обращаться за помощью и принимать помощь.	Умение активно участвовать в деятельности.		

8	Упражнение в построении парами.	Комбинированный 1 ч.	Знать порядок построения парами, уметь строиться парами.	Беседа. Слушание. Знание учащихся порядок построения парами.	Уметь слушать учителя.	Осознание важности освоения универсальных умений.	Формирование способов позитивного взаимодействия.	Умение организовать самостоятельную деятельность.		
9	Упражнение в построении по одному в ряд.	Комбинированный 1 ч.	Знать порядок построения по одному в ряд, уметь строиться по одному в ряд.	Беседа. Слушание. Знание учащихся порядок построения по одному в ряд.	Готовность к организации взаимодействия с учителем.	Умение работать с несложной по содержанию и структуре информацией.	Соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться.	Умение произвольно включаться в деятельность.		
10	Упражнение в построении в колонну друг за другом.	Комбинированный 1 ч.	Знать порядок построения в колонну друг за другом, уметь строиться в колонну друг за другом.	Беседа. Слушание. Знание учащихся порядок построения в колонну друг за другом.	Коррекция и развитие ловкости, быстроты, точности движений.	Формирование умений осознанного построения речевого высказывания в устной форме.	Формирование способов позитивного взаимодействия со взрослым при разучивании упражнений.	Овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления.		
11	Упражнение в построении в круг.	Комбинированный 1 ч.	Знать порядок построения в круг, уметь строиться в круг.	Беседа. Слушание. Знание учащихся порядок построения в круг.	Коррекция умения сохранять правильную осанку и равновесие.	Умение работать с несложной по содержанию и структуре информацией.	Соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться.	Умение произвольно включаться в деятельность.		
Легкая атлетика.										

12	Ходьба стайкой за преподавателем	Комбинированный 1 ч.	Знать технику ходьбы, уметь ходить стайкой за преподавателем.	Практическое выполнение упражнений в ходьбе. ОРУ.	Уметь слушать учителя.	Осознание важности освоения универсальных умений.	Формирование способов позитивного взаимодействия.	Умение организовать самостоятельную деятельность.		
13	Ходьба стайкой за преподавателем, держась за руки.	Комбинированный 1 ч.	Знать технику ходьбы, уметь ходить стайкой за преподавателем, держась за руки.	Практическое выполнение упражнений в ходьбе. ОРУ.	Уметь слушать учителя.	Осознание важности освоения универсальных умений.	Формирование способов позитивного взаимодействия.	Умение организовать самостоятельную деятельность.		
14	Ходьба в заданном направлении (к игрушке).	Комбинированный 1 ч.	Знать технику ходьбы, уметь ходить в заданном направлении.	Практическое выполнение упражнений в ходьбе. ОРУ.	Формирование положительного отношения к учению.	Умение пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями.	Умение обращаться за помощью и принимать помощь.	Умение активно участвовать в деятельности.		
15	Ходьба между предметами.	Комбинированный 1 ч.	Знать технику ходьбы, уметь ходить между предметами.	Практическое выполнение упражнений в ходьбе. ОРУ.	Коррекция и развитие ловкости, быстроты, точности движений.	Формирование умений осознанного построения речевого высказывания в устной форме.	Формирование способов позитивного взаимодействия со взрослым при разучивании упражнений.	Овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления.		

16	Бег вслед за преподавателем.	Комбинированный 1 ч.	Знать технику бега, уметь бегать вслед за преподавателем.	Практическое выполнение упражнений. ОРУ.	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	Выполнять действия сопряжено с учителем по образцу.	Выполнять инструкции учителя.	Быть способным к волевому усилию при преодолении учебных трудностей.		
17	Бег по сигналу вслед за направляющим.	Комбинированный 1 ч.	Знать технику бега, уметь бегать вслед за направляющим.	Практическое выполнение упражнений. ОРУ.	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	Выполнять действия сопряжено с учителем по образцу.	Выполнять инструкции учителя.	Быть способным к волевому усилию при преодолении учебных трудностей.		
18	Бег в направлении к преподавателю.	Комбинированный 1 ч.	Знать технику бега, уметь бегать в направлении к преподавателю.	Практическое выполнение упражнений. ОРУ.	Уметь слушать учителя.	Осознание важности освоения универсальных умений.	Формирование способов позитивного взаимодействия.	Умение организовать самостоятельную деятельность.		
19	Бег в разных направлениях.	Комбинированный 1 ч.	Знать технику бега, уметь бегать в разных направлениях.	Практическое выполнение упражнений. ОРУ.	Готовность к организации взаимодействия с учителем.	Умение работать с несложной по содержанию и структуре информацией.	Соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться.	Умение произвольно включаться в деятельность.		

20	Выполнение подскоков на месте совместно с преподавателем, держась за руки.	Комбинированный 1 ч.	Знать технику выполнения упражнения, уметь выполнять подскоки на месте держась за руки.	Практическое выполнение подскоков. ОРУ.	Коррекция и развитие ловкости, быстроты, точности движений.	Формирование умений осознанного построения речевого высказывания в устной форме.	Формирование способов позитивного взаимодействия со взрослым при разучивании упражнений.	Овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления.		
21	Выполнение подскоков на двух ногах на месте самостоятельно по сигналу.	Комбинированный 1 ч.	Знать технику выполнения упражнения, уметь выполнять подскоки на месте самостоятельно.	Практическое выполнение подскоков. ОРУ.	Коррекция умения сохранять правильную осанку и равновесие.	Умение работать с несложной по содержанию и структуре информацией.	Соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться.	Умение произвольно включаться в деятельность.		
22	Подскоки на мячах – фитболах.	Комбинированный 1 ч.	Знать технику выполнения упражнения, уметь выполнять подскоки на фитболах.	Практическое выполнение подскоков. ОРУ.	Уметь слушать учителя.	Осознание важности освоения универсальных умений.	Формирование способов позитивного взаимодействия.	Умение организовать самостоятельную деятельность.		
23	Катание, бросание, ловля округлых предметов.	Комбинированный 1 ч.	Знать ТБ при работе с округлыми предметами, мячами, элементарные правила катания, бросания и ловли мяча.	Практическое выполнение упражнений с округлыми предметами, мячами. ОРУ.	Уметь выполнять упражнения с предметами. Приобретение навыков ловли и передачи мяча.	Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.	Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока.	Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.		

24	Прокатывание мяча двумя руками учителю.	Комбинированный 1 ч.	Практическое выполнение элементарных упражнений с округлыми предметами.	Знать технику выполнения упражнения, уметь прокатывать мяч двумя руками учителю.	Уметь выполнять упражнения с мячом.	Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.	Формирование способов позитивного взаимодействия с учителем при разучивании упражнений.	Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий.		
25	Прокатывание мяча под дугу.	Комбинированный 1 ч.	Практическое выполнение элементарных упражнений с округлыми предметами.	Знать технику выполнения упражнения, уметь прокатывать мяч друг другу.	Уметь выполнять упражнения с мячом.	Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.	Формирование способов позитивного взаимодействия с учителем при разучивании упражнений.	Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий.		
26	Прокатывание мяча между предметами.	Комбинированный 1 ч.	Практическое выполнение элементарных упражнений с округлыми предметами.	Знать технику выполнения упражнения, уметь прокатывать мяч между предметами.	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	Использовать по назначению спортивное оборудование. Выполнять действия сопряжено с учителем по образцу.	Выполнять инструкции учителя.	Быть способным к волевому усилию при преодолении учебных трудностей.		
27	Ловля мяча, брошенного преподавателем.	Комбинированный 1 ч.	Практическое выполнение элементарных упражнений с округлыми предметами.	Знать технику выполнения упражнения, уметь прокатывать мяч между предметами.	Уметь выполнять упражнения с мячом.	Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.	Формирование способов позитивного взаимодействия с учителем при разучивании упражнений.	Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий.		

2 четверть – 21 ч.

Знания о физической культуре.

1	Правила поведения на	Урок ознакомления	Знать правила поведения в	Беседа. Слушание. Знание учащихся	Осознание себя как ученика,	Формирование знаний о правилах	Умение вступать в контакт и работать	Умение организовыв		
---	----------------------	-------------------	---------------------------	-----------------------------------	-----------------------------	--------------------------------	--------------------------------------	--------------------	--	--

	уроках физической культуры (техника безопасности).	ния с новым материалом 1 ч.	спортивном зале (кабинете), уметь их соблюдать, уметь отвечать на вопросы учителя.	правил поведения в спортивном зале.	заинтересованного обучением, занятием.	поведения в спортивном зале. Осознание важности освоения универсальных умений.	с учителем.	вать себе рабочее место под руководством учителя.		
2	Организация учителем взаимодействия учащихся с оборудованием для физических занятий.	Урок ознакомления с новым материалом 1 ч.	Знать оборудование спортивного зала, его назначение, уметь отвечать на вопросы учителя.	Беседа. Слушание. Знание учащихся оборудования спортивного зала, его назначение.	Уметь слушать учителя. Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками	Формирование знаний о спортивном оборудовании. Осознание важности освоения универсальных умений	Формирование способов позитивного взаимодействия. Умение задавать вопросы.	Умение организовать самостоятельную деятельность		
3	Формирование понятий: опрятность, аккуратность.	Урок ознакомления с новым материалом 1 ч.	Знать понятия: опрятность, аккуратность. Иметь аккуратный внешний вид.	Беседа. Слушание. Ответы на вопросы. Знание учащихся об опрятности и аккуратности.	Уметь слушать учителя.	Формирование знаний об опрятности, аккуратности.	Формирование способов позитивного взаимодействия.	Умение организовать самостоятельную деятельность.		
Гимнастика.										
4	Совершенствование построения в ряд.	Комбинированный 1 ч.	Знать порядок построения по одному в ряд, уметь строиться по одному в ряд.	Беседа. Слушание. Знание учащихся порядка построения по одному в ряд.	Уметь слушать учителя. Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками	Формирование знаний о спортивном оборудовании.	Формирование способов позитивного взаимодействия. Умение задавать вопросы.	Умение организовать самостоятельную деятельность		
5	Совершенствование построения парами.	Комбинированный 1 ч.	Знать порядок построения парами, уметь строиться парами.	Беседа. Слушание. Знание учащихся порядка построения парами.	Уметь слушать учителя. Проявлять положительные качества личности, управлять своими эмоциями в различных ситуациях.	Формирование знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья.	Формирование способов позитивного взаимодействия. Умение задавать вопросы.	Содействие гармоничному физическому развитию.		
6	Совершенствование построения в колонну друг за другом.	Комбинированный 1 ч.	Знать порядок построения, уметь строиться в колонну друг за другом.	Беседа. Слушание. Знание учащихся порядка построения в колонну друг за другом.	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Выполнение инструкций, несложных алгоритмов при решении учебных задач.	Формирование способов позитивного взаимодействия.	Самоконтроль результата, путем сравнения его с эталоном.		

Легкая атлетика.

7	Элементарные понятия о ходьбе, беге, прыжках.	Комбинированный 1 ч.	Знать элементарные понятия о ходьбе, беге, прыжках. Уметь выполнять упражнения под руководством учителя.	Беседа. Слушание. Ответы на вопросы. Практическое выполнение упражнений в ходьбе, беге, прыжках. ОРУ.	Коррекция и развитие ловкости, быстроты, точности движений.	Формирование умений осознанного построения речевого высказывания в устной форме.	Формирование способов позитивного взаимодействия со взрослым при разучивании упражнений.	Овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления.		
8	Правила поведения на уроках легкой атлетики.	Комбинированный 1 ч.	Знать правила поведения на уроках легкой атлетики. Уметь соблюдать ТБ, отвечать на вопросы учителя.	Беседа. Слушание. Ответы на вопросы. Знание учащихся правил поведения на уроках легкой атлетики.	Осознание себя как ученика, заинтересованного обучением, занятием.	Формирование знаний о правилах поведения в спортивном зале. Осознание важности освоения универсальных умений.	Умение вступать в контакт и работать с учителем.	Умение организовывать себе рабочее место под руководством учителя.		
9	Ходьба по дорожке в заданном направлении.	Комбинированный 1 ч.	Знать технику ходьбы, уметь ходить по дорожке в заданном направлении.	Практическое выполнение упражнений в ходьбе. ОРУ.	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	Использовать по назначению спортивное оборудование. Выполнять действия сопряжено с учителем по образцу.	Выполнять инструкции учителя.	Быть способным к волевому усилию при преодолении учебных трудностей.		
10	Ходьба с предметом в руке.	Комбинированный 1 ч.	Знать технику ходьбы, уметь ходить с предметами в руке.	Практическое выполнение упражнений в ходьбе. ОРУ.	Уметь выполнять ходьбу с удержанием правильной осанки.	Выполнять действия сопряжено с учителем по образцу.	Выполнять инструкции учителя.	Быть способным к волевому усилию при преодолении учебных трудностей.		
11	Упражнения в перешагивании через незначительные препятствия.	Комбинированный 1 ч.	Знать технику перешагивания, уметь перешагивать через незначительные препятствия.	Практическое выполнение упражнений в перешагивании. ОРУ.	Коррекция и развитие ловкости, быстроты, точности движений.	Выполнять действия сопряжено с учителем по образцу.	Выполнять инструкции учителя.	Быть способным к волевому усилию при преодолении учебных трудностей.		
12	Упражнение в беге в заданном направлении с игрушкой в руках.	Комбинированный 1 ч.	Знать технику бега, уметь бегать в заданном направлении с игрушкой в руках.	Практическое выполнение упражнений. ОРУ.	Готовность к организации взаимодействия с учителем.	Умение работать с несложной по содержанию и структуре информацией.	Соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться.	Умение произвольно включаться в деятельность.		
13	Бег за преподавателем с ленточкой	Комбинированный	Знать технику бега, уметь бегать за	Практическое выполнение	Коррекция и развитие ловкости,	Выполнять действия сопряжено с	Выполнять инструкции	Быть способным к волевому усилию		

	в руках.	ванный 1 ч.	преподавателем с ленточкой в руках.	упражнений. ОРУ.	быстроты, точности движений.	учителем по образцу.	учителя.	при преодолении учебных трудностей.		
14	Бег по сигналу врассыпную.	Комбинированный 1 ч.	Знать технику бега, уметь бегать по сигналу врассыпную.	Практическое выполнение упражнений. ОРУ.	Уметь слушать учителя.	Осознание важности освоения универсальных умений.	Формирование способов позитивного взаимодействия.	Умение организовать самостоятельную деятельность.		
15	Выполнение подскоков на месте совместно с преподавателем, держась за одну руку.	Комбинированный 1 ч.	Знать технику выполнения упражнения, уметь выполнять подскоки на месте, держась за одну руку.	Практическое выполнение подскоков. ОРУ.	Уметь слушать учителя.	Умение работать с несложной по содержанию и структуре информацией.	Соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться.	Умение произвольно включаться в деятельность.		
16	Подскоки на мячах - прыгунах.	Комбинированный 1 ч.	Знать технику выполнения упражнения, уметь выполнять подскоки на фитболе.	Практическое выполнение подскоков. ОРУ.	Формирование положительного отношения к учению.	Осознание важности освоения универсальных умений.	Умение обращаться за помощью и принимать помощь.	Умение активно участвовать в деятельности.		
17	Прыжки на фитболе.	Комбинированный 1 ч.	Знать технику выполнения упражнения, уметь выполнять прыжки на фитболе.	Практическое выполнение прыжков. ОРУ.	Готовность к организации взаимодействия с учителем.	Умение работать с несложной по содержанию и структуре информацией.	Соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться.	Умение произвольно включаться в деятельность.		
18	Прокатывание мяч двумя руками друг другу.	Комбинированный 1 ч.	Знать технику выполнения упражнения, уметь прокатывать мяч двумя руками друг другу.	Практическое выполнение упражнений с округлыми предметами. ОРУ.	Готовность к организации взаимодействия с учителем.	Умение работать с несложной по содержанию и структуре информацией.	Соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться.	Умение произвольно включаться в деятельность.		
19	Прокатывание цилиндров из полуфункциональных наборов «Собери пирамидку».	Комбинированный 1 ч.	Знать технику выполнения упражнения, уметь прокатывать цилиндры из наборов «Собери пирамидку».	Практическое выполнение упражнений с округлыми предметами. ОРУ.	Коррекция и развитие ловкости, быстроты, точности движений.	Формирование умений осознанного построения речевого высказывания в устной форме.	Формирование способов позитивного взаимодействия со взрослым при разучивании упражнений.	Овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления.		
20	Игровые упражнения с теннисными мячами.	Комбинированный 1 ч.	Знать технику выполнения упражнения, уметь выполнять упражнения с	Практическое выполнение упражнений с теннисными мячами.	Готовность к организации взаимодействия с учителем.	Умение работать с несложной по содержанию и структуре информацией.	Соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться.	Умение произвольно включаться в деятельность.		

			теннисными мячами.	ОРУ.						
21	Игры с лазанием.	Комбинированный 1 ч.	Игра «Лисья нора». Ознакомление с правилами игры.	Беседа. Слушание Наблюдение. Практическая работа: игры.	Коррекция и развитие ловкости, быстроты, точности движений.	Формирование умений осознанного построения речевого высказывания в устной форме.	Формирование способов позитивного взаимодействия со взрослым при разучивании упражнений.	Овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления.		

3 четверть – 30 ч.

Знания о физической культуре.

1	Правила поведения на уроках физической культуры (техника безопасности).	Урок ознакомления с новым материалом 1 ч.	Знать правила поведения в спортивном зале (кабинете), уметь их соблюдать, уметь отвечать на вопросы учителя.	Беседа. Слушание. Знание учащихся правил поведения в спортивном зале.	Осознание себя как ученика, заинтересованного обучением, занятием.	Формирование знаний о правилах поведения в спортивном зале. Осознание важности освоения универсальных умений.	Умение вступать в контакт и работать с учителем.	Умение организовать себе рабочее место под руководством учителя.		
---	---	---	--	---	--	---	--	--	--	--

Гимнастика.

2	Упражнение в построения в ряд по сигналу.	Комбинированный 1 ч.	Знать порядок построения в ряд по сигналу, уметь строиться по одному в ряд по сигналу.	Беседа. Слушание. Практическое выполнение строевых упражнений.	Готовность к организации взаимодействия с учителем.	Умение работать с несложной по содержанию и структуре информацией.	Умение использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с учителем.	Умение произвольно включаться в деятельность.		
3	Упражнение в построения парами по сигналу.	Комбинированный 1 ч.	Знать порядок построения парами по сигналу, уметь строиться парами по сигналу.	Беседа. Слушание. Практическое выполнение строевых упражнений.	Коррекция и развитие ловкости, быстроты, точности движений.	Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.	Формирование способов позитивного взаимодействия с учителем при разучивании упражнений.	Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий.		
4	Совершенствование построения в колонну друг за другом.	Комбинированный 1 ч.	Знать порядок построения в колонну друг за другом, уметь строиться в колонну друг за другом.	Беседа. Слушание. Практическое выполнение строевых упражнений.	Готовность к организации взаимодействия с учителем.	Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.	Формирование способов позитивного взаимодействия с учителем при разучивании	Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности,		

							упражнений.	сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий.		
5	Совершенствовани е построения в шеренгу по сигналу.	Комби ниро ванный 1 ч.	Знать порядок построения в шеренгу по сигналу, уметь строиться в шеренгу по сигналу.	Беседа. Слушание. Практическое выполнение строевых упражнений.	Коррекция и развитие ловкости, быстроты, точности движений.	Выполнять действия сопряжено с учителем по образцу.	Выполнять инструкции учителя.	Быть способным к волевому усилию при преодолении учебных трудностей.		
6	Обучение простейшим перестрое ниям из колонны в шеренгу.	Комби ниро ванный 1 ч.	Знать порядок перестроения из колонны в шеренгу, уметь перестраиваться из колонны в шеренгу.	Беседа. Слушание. Практическое выполнение строевых упражнений.	Готовность к организации взаимодей ствия с учителем.	Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.	Формирова ние способов позитивного взаимодей ствия с учителем при разучивании упражнений.	Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий.		
7	Обучение простейшим перестрое ниям из колонны по одному в колонну по два.	Комби ниро ванный 1 ч.	Знать порядок перестроения, уметь перестраиваться из колонны по одному в колонну по два.	Беседа. Слушание. Практическое выполнение строевых упражнений.	Коррекция и развитие ловкости, быстроты, точности движений.	Выполнять действия сопряжено с учителем по образцу.	Выполнять инструкции учителя.	Быть способным к волевому усилию при преодолении учебных трудностей.		
8	Обучение простейшим перестрое ниям из колонны по два в колонну по одному.	Комби ниро ванный 1 ч.	Знать порядок перестроения, уметь перестраиваться из колонны по два в колонну по одному.	Беседа. Слушание. Практическое выполнение строевых упражнений.	Готовность к организации взаимодей ствия с учителем.	Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.	Формирова ние способов позитивного взаимодей ствия с учителем при разучивании упражнений.	Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий.		
9	Обучение простейшим перестрое ниям из шеренги в колонну.	Комби ниро ванный 1 ч.	Знать порядок перестроения, уметь перестраиваться из шеренги в колонну	Беседа. Слушание. Практическое выполнение строевых упражнений.	Коррекция и развитие ловкости, быстроты, точности движений.	Выполнять действия сопряжено с учителем по образцу.	Выполнять инструкции учителя.	Быть способным к волевому усилию при преодолении учебных трудностей.		

Легкая атлетика.

10	Закрепление умения ходить стайкой за преподавателем.	Комбинированный 1 ч.	Знать технику ходьбы, уметь ходить стайкой за преподавателем.	Практическое выполнение упражнений в ходьбе. ОРУ.	Уметь выполнять ходьбу с удержанием правильной осанки.	Выполнять действия сопряжено с учителем по образцу.	Выполнять инструкции учителя.	Быть способным к волевому усилию при преодолении учебных трудностей.		
11	Ходьба по сенсорной тропе.	Комбинированный 1 ч.	Знать технику ходьбы, уметь ходить по сенсорной тропе.	Практическое выполнение упражнений в ходьбе. ОРУ.	Уметь выполнять ходьбу с удержанием правильной осанки.	Выполнять действия сопряжено с учителем по образцу.	Выполнять инструкции учителя.	Быть способным к волевому усилию при преодолении учебных трудностей.		
12	Ходьба по коврику «ГОФР».	Комбинированный 1 ч.	Знать технику ходьбы, уметь ходить по коврику «ГОФР».	Практическое выполнение упражнений в ходьбе. ОРУ.	Уметь выполнять ходьбу с удержанием правильной осанки.	Выполнять действия сопряжено с учителем по образцу.	Выполнять инструкции учителя.	Быть способным к волевому усилию при преодолении учебных трудностей.		
13	Формирование умения двигаться под музыку с прихлопыванием.	Комбинированный 1 ч.	Знать технику движения под музыку, уметь двигаться под музыку с прихлопыванием.	Практическое выполнение упражнений под музыку. ОРУ.	Коррекция и развитие ловкости, быстроты, точности движений.	Выполнять действия сопряжено с учителем по образцу.	Выполнять инструкции учителя.	Быть способным к волевому усилию при преодолении учебных трудностей.		
14	Ходьба с мешочками на голове в узком коридоре	Комбинированный 1 ч.	Знать технику ходьбы, уметь ходить в узком коридоре удерживая мешочки на голове.	Практическое выполнение упражнений. ОРУ.	Уметь выполнять ходьбу с удержанием правильной осанки.	Выполнять действия сопряжено с учителем по образцу.	Выполнять инструкции учителя.	Быть способным к волевому усилию при преодолении учебных трудностей.		
15	Ходьба по гимнастической скамейке с помощью учителя.	Комбинированный 1 ч.	Знать технику ходьбы, уметь ходить по гимнастической скамейке сохраняя равновесие.	Практическое выполнение упражнений. ОРУ.	Уметь выполнять ходьбу с удержанием правильной осанки.	Выполнять действия сопряжено с учителем по образцу.	Выполнять инструкции учителя.	Быть способным к волевому усилию при преодолении учебных трудностей.		
16	Обучение вслед за преподавателем переходить от ходьбы к бегу.	Комбинированный 1 ч.	Знать технику ходьбы и бега, уметь выполнять переход от ходьбы к бегу.	Практическое выполнение упражнений в переходе от ходьбы к бегу. ОРУ.	Коррекция и развитие ловкости, быстроты, точности движений.	Выполнять действия сопряжено с учителем по образцу.	Выполнять инструкции учителя.	Быть способным к волевому усилию при преодолении учебных трудностей.		
17	Закрепление умения бегать вслед за преподавателем по	Комбинированный 1 ч.	Знать технику бега, уметь бегать вслед за преподавателем по сигналу.	Практическое выполнение упражнений. ОРУ.	Коррекция и развитие ловкости, быстроты, точности	Выполнять действия сопряжено с учителем по образцу.	Выполнять инструкции учителя.	Быть способным к волевому усилию при преодолении учебных		

	сигналу.				движений.			трудностей.		
18	Закрепление бегать по сигналу в заданном направлении к игрушке.	Комбинированный 1 ч.	Знать технику бега, уметь бегать в заданном направлении к игрушке.	Практическое выполнение упражнений. ОРУ.	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	Выполнять действия сопряжено с учителем по образцу.	Выполнять инструкции учителя.	Быть способным к волевому усилию при преодолении учебных трудностей.		
19	Обучение бегу в медленном и быстром темпе.	Комбинированный 1 ч.	Знать технику бега, уметь бегать в медленном и быстром темпе.	Практическое выполнение упражнений. ОРУ.	Коррекция и развитие ловкости, быстроты, точности движений.	Формирование умений осознанного построения речевого высказывания в устной форме.	Формирование способов позитивного взаимодействия со взрослым при разучивании упражнений.	Овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления.		
20	Самостоятельное выполнение подскоков на ногах попеременно.	Комбинированный 1 ч.	Знать технику выполнения упражнения, уметь выполнять подскоки на ногах попеременно.	Практическое выполнение подскоков. ОРУ.	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	Выполнять действия сопряжено с учителем по образцу.	Выполнять инструкции учителя.	Быть способным к волевому усилию при преодолении учебных трудностей.		
21	Прыжки, слегка продвигаясь вперед.	Комбинированный 1 ч.	Знать технику выполнения упражнения, уметь выполнять прыжки с продвижением вперед.	Практическое выполнение упражнений. ОРУ.	Уметь выполнять прыжки. Коррекция и развитие ловкости, быстроты, точности движений.	Выполнять действия сопряжено с учителем по образцу.	Выполнять инструкции учителя.	Быть способным к волевому усилию при преодолении учебных трудностей.		
22	Выполнение подскоков на двух ногах с продвижением до отмеченной черты вперед.	Комбинированный 1 ч.	Знать технику выполнения упражнения, уметь выполнять подскоки с продвижением до черты.	Практическое выполнение подскоков. ОРУ.	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	Выполнять действия сопряжено с учителем по образцу.	Выполнять инструкции учителя.	Быть способным к волевому усилию при преодолении учебных трудностей.		
23	Обучение ползать на животе и на четвереньках по прямой, по словесной инструкции.	Комбинированный 1 ч.	Знать технику ползания, уметь ползать на животе и на четвереньках.	Практическое выполнение упражнений в ползании на животе и на четвереньках. ОРУ.	Коррекция и развитие ловкости, быстроты, точности движений.	Формирование умений осознанного построения речевого высказывания в устной форме.	Формирование способов позитивного взаимодействия со взрослым при разучивании упражнений.	Овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления.		
24	Закрепление	Комби	Знать технику	Практическое	Готовность к	Умение работать с	Соблюдать	Умение		

	умения ползать на животе по прямой.	нированный 1 ч.	ползания, уметь ползать на животе и на четвереньках.	выполнение упражнений в ползании на животе. ОРУ.	организации взаимодействия с учителем.	несложной по содержанию и структуре информацией.	простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться.	произвольно включаться в деятельность.		
25	Обучение пролезанию на четвереньках под дугой, рейкой.	Комбинируемый 1 ч.	Знать технику пролезания, уметь пролазить под дугой.	Практическое выполнение упражнений в пролезании на четвереньках под дугой, рейкой. ОРУ.	Коррекция и развитие ловкости, быстроты, точности движений.	Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.	Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений.	Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений.		
Игры.										
26	Коррекционные подвижные игры: «Стой прямо».	Комбинируемый 1 ч.	Знать правила подвижных игр. Уметь правильно выполнять правила подвижных игр и применять их в жизни.	Беседа. Слушание Наблюдение. Практическая работа: игры.	Готовность к организации взаимодействия с учителем.	Умение работать с несложной по содержанию и структуре информацией.	Умение использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с учителем.	Умение произвольно включаться в деятельность.		
27	Игры с элементами общеразвивающих упражнений: «Мы солдаты».	Комбинируемый 1 ч.	Знать правила подвижных игр. Уметь правильно выполнять правила подвижных игр и применять их в жизни.	Беседа. Слушание Наблюдение. Практическая работа: игры.	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	Использовать по назначению спортивное оборудование. Выполнять действия сопряжено с учителем по образцу.	Выполнять инструкции учителя.	Быть способным к волевому усилию при преодолении учебных трудностей.		
28	Игры с бегом: «Веселая эстафета».	Комбинируемый 1 ч.	Знать правила подвижных игр. Уметь правильно выполнять правила подвижных игр и применять их в жизни.	Беседа. Слушание Наблюдение. Практическая работа: игры.	Готовность к организации взаимодействия с учителем.	Умение работать с несложной по содержанию и структуре информацией.	Умение использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с учителем.	Умение произвольно включаться в деятельность.		
29	Игры с прыжками: «Мячик сверху».	Комбинируемый 1 ч.	Знать правила подвижных игр. Уметь правильно выполнять правила подвижных игр и применять их в жизни.	Беседа. Слушание Наблюдение. Практическая работа: игры.	Использование представленной информации для получения новых знаний.	Умение пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями.	Умение обращаться за помощью и принимать помощь.	Умение активно участвовать в деятельности.		
30	Игры с метанием, ловлей: «Метко в цель».	Комбинируемый 1 ч.	Знать правила подвижных игр. Уметь правильно выполнять правила	Беседа. Слушание Наблюдение. Практическая работа: игры.	Формирование установки на безопасный, здоровый образ	Использовать по назначению спортивное оборудование.	Выполнять инструкции учителя.	Быть способным к волевому усилию при преодолении учебных		

			подвижных игр и применять их в жизни.		жизни.	Выполнять действия сопряжено с учителем по образцу.		трудностей.		
4 четверть – 24 ч.										
Знания о физической культуре.										
1	Правила поведения на уроках физической культуры (техника безопасности).	Урок ознакомления с новым материалом 1 ч.	Знать правила поведения в спортивном зале (кабинете), уметь их соблюдать, уметь отвечать на вопросы учителя.	Беседа. Слушание. Знание учащихся правил поведения в спортивном зале.	Осознание себя как ученика, заинтересованного обучением, занятием.	Формирование знаний о правилах поведения в спортивном зале. Осознание важности освоения универсальных умений.	Умение вступать в контакт и работать с учителем.	Умение организовывать себе рабочее место под руководством учителя.		
2	Значение и основные правила закаливания.	Урок ознакомления с новым материалом 1 ч.	Уметь соблюдать правила закаливания. Знать значение закаливания.	Беседа. Слушание. Ответы на вопросы. Знание основных правил закаливания.	Готовность к организации взаимодействия с учителем.	Умение работать с несложной по содержанию и структуре информацией.	Умение использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с учителем.	Умение произвольно включаться в деятельность.		
Легкая атлетика.										
3	Бег в заданном направлении с предметом в руках.	Комбинированный 1 ч.	Знать технику бега, уметь бегать в заданном направлении с предметом в руках.	Практическое выполнение упражнений. ОРУ.	Готовность к организации взаимодействия с учителем.	Умение работать с несложной по содержанию и структуре информацией.	Умение использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с учителем.	Умение произвольно включаться в деятельность.		
4	Бег в медленном темпе по сигналу в заданном направлении.	Комбинированный 1 ч.	Знать технику бега, уметь бегать в медленном темпе по сигналу в заданном направлении.	Практическое выполнение упражнений. ОРУ.	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	Использовать по назначению спортивное оборудование. Выполнять действия сопряжено с учителем по образцу.	Выполнять инструкции учителя.	Быть способным к волевому усилию при преодолении учебных трудностей.		
5	Бег в быстром темпе по сигналу в заданном направлении.	Комбинированный 1 ч.	Знать технику бега, уметь бегать в быстром темпе по сигналу в заданном направлении.	Практическое выполнение упражнений. ОРУ.	Готовность к организации взаимодействия с учителем.	Умение работать с несложной по содержанию и структуре информацией.	Умение использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с учителем.	Умение произвольно включаться в деятельность.		
6	Выполнение	Комби	Знать технику	Практическое	Используй	Умение пользоваться	Умение	Умение активно		

	подскоков на двух ногах с продвижением вперед.	нированный 1 ч.	выполнения упражнения, уметь выполнять подскоки с продвижением вперед.	выполнение подскоков. ОРУ.	ние представленной информации для получения новых знаний.	знаками, символами, предметами-заместителями.	обращаться за помощью и принимать помощь.	участвовать в деятельности.		
7	Прыжки на игрушках-прыгунах со страховкой.	Комбинируемый 1 ч.	Знать технику выполнения упражнения, уметь выполнять прыжки на игрушках прыгунах.	Практическое выполнение подскоков. ОРУ.	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	Использовать по назначению спортивное оборудование. Выполнять действия сопряжено с учителем по образцу.	Выполнять инструкции учителя.	Быть способным к волевому усилию при преодолении учебных трудностей.		
8	Подпрыгивание на надувном мяче - фитболе.	Комбинируемый 1 ч.	Знать технику выполнения упражнения, уметь выполнять прыжки на фитболах.	Практическое выполнение прыжков. ОРУ.	Коррекция и развитие ловкости, быстроты, точности движений.	Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.	Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений.	Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений.		
9	Лазание на гимнастическую стенку на три ступеньки с поддержкой преподавателя.	Комбинируемый 1 ч.	Знать технику лазания, уметь лазать по гимнастической стенке.	Практическое выполнение упражнений лазания на гимнастической стенке. ОРУ.	Коррекция и развитие ловкости, быстроты, точности движений.	Формирование умений осознанного построения речевого высказывания в устной форме.	Формирование способов позитивного взаимодействия со взрослым при разучивании упражнений.	Овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления.		
10	Упражнение в лазании по «лестнице - стремянке».	Комбинируемый 1 ч.	Знать технику лазания, уметь лазать по лестнице-стремянке.	Практическое выполнение упражнений лазания. ОРУ.	Коррекция и развитие ловкости, быстроты, точности движений.	Формирование умений осознанного построения речевого высказывания в устной форме.	Формирование способов позитивного взаимодействия со взрослым при разучивании упражнений.	Овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления.		
11	Ползание по матам к заданной цели.	Комбинируемый 1 ч.	Знать технику ползания, уметь ползать по матам к заданной цели.	Практическое выполнение упражнений в лазании на животе по матам. ОРУ.	Коррекция и развитие ловкости, быстроты, точности движений.	Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.	Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений.	Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений.		
Игры.										
12	Подвижные игры: коррекционные игры.	Комбинируемый	Знать правила и элементы подвижных игр.	Беседа. Слушание. Наблюдение. Практическая	Готовность к организации взаимодействия	Умение работать с несложной по содержанию и	Умение использовать принятые ритуалы	Умение произвольно включаться в		

		1 ч.		работа: игры. ОРУ.	визуально с учителем.	структуру информации.	социального взаимодействия с учителем.	деятельность.		
13	Игры с элементами общеразвивающих упражнений «Повторяй за мной».	Комбинированный 1 ч.	Знать технику бега, уметь бегать в быстром темпе по сигналу в заданном направлении.	Беседа. Слушание Наблюдение. Практическая работа: игры. ОРУ.	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	Использовать по назначению спортивное оборудование. Выполнять действия сопряжено с учителем по образцу.	Выполнять инструкции учителя.	Быть способным к волевому усилию при преодолении учебных трудностей.		
14	Коррекционные подвижные игры: «По канату».	Комбинированный 1 ч.	Знать правила подвижных игр. Уметь правильно выполнять правила подвижных игр и применять их в жизни.	Беседа. Слушание Наблюдение. Практическая работа: игры. ОРУ.	Готовность к организации взаимодействия с учителем.	Умение работать с несложной по содержанию и структуре информацией.	Умение использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с учителем.	Умение произвольно включаться в деятельность.		
15	Игры с элементами общеразвивающих упражнений: «Слушай сигнал».	Комбинированный 1 ч.	Знать правила подвижных игр. Уметь правильно выполнять правила подвижных игр и применять их в жизни.	Беседа. Слушание Наблюдение. Практическая работа: игры. ОРУ.	Использование представленной информации для получения новых знаний.	Умение пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями.	Умение обращаться за помощью и принимать помощь.	Умение активно участвовать в деятельности.		
16	Подвижная игра «Метко в цель».	Комбинированный 1 ч.	Знать технику выполнения упражнения, уметь выполнять прыжки на фитболах.	Беседа. Слушание Наблюдение. Практическая работа: игры. ОРУ.	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	Выполнять действия сопряжено с учителем по образцу.	Выполнять инструкции учителя.	Быть способным к волевому усилию при преодолении учебных трудностей.		
17	Подвижная игра «Кого назвали, тот и ловит».	Комбинированный 1 ч.	Знать технику безопасности при беге и ловле одноклассников.	Беседа. Слушание Наблюдение. Практическая работа: игры. ОРУ.	Готовность к организации взаимодействия со сверстниками.	Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.	Формирование способов позитивного взаимодействия с учителем при разучивании упражнений.	Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий.		
18	Подвижная игра «Мыши и кот».	Комбинированный 1 ч.	Знать правила подвижных игр. Уметь правильно выполнять правила	Беседа. Слушание Наблюдение. Практическая работа: игры.	Готовность к организации взаимодействия со сверстниками.	Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.	Формирование способов позитивного взаимодействия с	Умение организовать самостоятельную деятельность.		

			подвижных игр и применять их в жизни.	ОРУ.			учителем при разучивании упражнений.			
19	Подвижная игра «Догони мяч».	Комбинированный 1 ч.	Знать технику безопасности при беге и ловле мяча.	Беседа. Слушание Наблюдение. Практическая работа: игры. ОРУ.	Уметь выполнять упражнения с мячом.	Умение пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями.	Умение обращаться за помощью и принимать помощь.	Умение активно участвовать в деятельности.		
20	Подвижная игра «Мыши ходят в огород».	Комбинированный 1 ч.	Знать правила подвижных игр. Соблюдать ТБ при беге.	Беседа. Слушание Наблюдение. Практическая работа: игры. ОРУ.	Использование представленной информации для получения новых знаний.	Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.	Формирование способов позитивного взаимодействия с учителем при разучивании упражнений.	Умение организовать самостоятельную деятельность.		
21	Подвижная игра «Воробушки и кот».	Комбинированный 1 ч.	Уметь правильно выполнять правила подвижных игр и применять их в жизни.	Беседа. Слушание Наблюдение. Практическая работа: игры. ОРУ.	Готовность к организации взаимодействия со сверстниками.	Использовать по назначению спортивное оборудование. Выполнять действия сопряжено с учителем по образцу.	Выполнять инструкции учителя.	Быть способным к волевому усилию при преодолении учебных трудностей.		
22	Подвижная игра «У медведя во бору».	Комбинированный 1 ч.	Знать правила игры. Соблюдать правила ТБ.	Беседа. Слушание Наблюдение. Практическая работа: игра. ОРУ.	Готовность к организации взаимодействия со сверстниками.	Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.	Формирование способов позитивного взаимодействия с учителем при разучивании упражнений.	Умение организовать самостоятельную деятельность.		
23	Подвижная игра «Через ручеек».	Комбинированный 1 ч.	Знать правила игры. Соблюдать правила ТБ.	Беседа. Слушание Наблюдение. Практическая работа: игра. ОРУ.	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	Использовать по назначению спортивное оборудование. Выполнять действия сопряжено с учителем по образцу.	Выполнять инструкции учителя.	Быть способным к волевому усилию при преодолении учебных трудностей.		
24	Закрепление пройденного материала.	Урок обобщения и систематизации знаний 1 ч.	Уметь ходить по ориентирам, бегать, прыгать, выполнять ОРУ с помощью учителя. Знать ТБ на уроках физической культуры. Владеть элементарными знаниями о физической культуре. Уметь правильно выполнять правила подвижных игр и применять их в жизни.	Беседа. Слушание. Ответы на вопросы. Наблюдение. Практическая работа: игры. ОРУ.	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Выполнение инструкций, несложных алгоритмов при решении учебных задач.	Умение договариваться, приходить к общему решению в совместной игровой деятельности.	Укрепление здоровья, улучшение осанки; содействие гармоничному физическому развитию.		

