Приложение к Адаптированной основной общеобразовательной программе для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ 3 класс (вариант 1)

1. Пояснительная записка

Адаптивная физическая культура рассматривается, как часть общей культуры, подсистема физической культуры, одна из сфер социальной деятельности, направленная на удовлетворение потребностей лиц с ограниченными возможностями в двигательной активности, восстановлении, укреплении и поддержании здоровья, личностного развития, самореализации физических и духовных сил в целях улучшения качества жизни, социализации и интеграции в общество. Отличительной особенностью любой культуры является творческое начало. Следовательно, с полным правом можно сказать, что адаптивная физическая культура, как новая учебная дисциплина представляет творческую деятельность по преобразованию человеческой природы, «окультуриванию» тела, его оздоровления, формирования интересов, мотивов, потребностей, привычек, развития высших психических функций, воспитания и самовоспитания личности, самореализации индивидуальных способностей. Специфичность понятия "адаптивная физическая культура" выражается в дополняющем определении "адаптивная", что подчеркивает ее предназначение для детей с нарушениями, и в данном случае для детей с легкой умственной отсталостью. Это предполагает, что физическая культура во всех ее проявлениях должна стимулировать позитивные реакции в системах и функциях организма, формируя тем самым необходимые двигательные координации, физические способности. направленные на жизнеобеспечение. совершенствование организма учащегося.

Методика адаптивной физической культуры имеет существенные отличия, обусловленные аномальным развитием физической и психической сферы ребенка. Именно эти базовые положения, касающиеся медико-физиологических и психологических особенностей детей разных нозологических групп, типичных и специфических нарушений двигательной сферы, специально-методические принципы работы с данной категорией детей, коррекционная направленность педагогического процесса определяют концептуальные подходы к построению и содержанию частных методик адаптивной физической культуры.

Актуальность программы:

Определяется ее направленностью на создание условий для сохранения и укрепления здоровья детей.

Цель программы:

Всесторонне развитие 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.

1.1. Учёт воспитательного потенциала уроков

Воспитательный потенциал предмета «Адаптивная физическая культура» реализуется через:

- побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;
- привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках предметов, явлений, событий через:
 - обращение внимания на ярких деятелей физической культуры и спорта, связанных с изучаемыми в данный момент темами, на тот вклад, который они внесли в развитие нашей страны и мира в области физической культуры и спорта, на достойные подражания примеры их жизни, на мотивы их поступков;
 - использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета для формирования у обучающихся российских традиционных духовно-нравственных и социокультурных ценностей через подбор соответствующих подвижных и народных игр, проблемных ситуаций для обсуждения в классе;
- включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока;
- применение на уроке интерактивных форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся;
- применение групповой работы или работы в парах, которые способствуют развитию навыков командной работы и взаимодействию с другими обучающимися;
- выбор и использование на уроках методов, методик, технологий, оказывающих воспитательное воздействие на личность в соответствии с воспитательным идеалом, целью и задачами воспитания;
- инициирование и поддержка исследовательской деятельности школьников в форме включения в урок различных исследовательских заданий, что дает возможность обучающимся приобрести навыки самостоятельного решения теоретической проблемы, генерирования и оформления собственных гипотез, уважительного отношения к чужим идеям, публичного выступления, аргументирования и отстаивания своей точки зрения;
- установление уважительных, доверительных, неформальных отношений между учителем и учениками, создание на уроках эмоционально-комфортной среды.

1.2. Психолого-педагогическая характеристика обучающихся

Нарушения двигательного развития обучающихся с умственной отсталостью сочетаются с нарушениями физического развития, которое проявляется в дефиците массы и низких показателях длины тела, нарушении осанки, формировании свода стопы, развитии грудной клетки, низких показателях объема жизненной емкости легких, деформации черепа, аномалии лицевого скелета, в недоразвитии верхних и нижних конечностей (А.А. Дмитриев).

Физическое и двигательное развитие обучающихся с умственной отсталостью, их способность к обучению к двигательным действиям и адаптации к физическим нагрузкам опосредовано обусловлено первичным дефектом и вторичными а также сопутствующими заболеваниями, особенностями развития. психической и эмоционально-волевой сферы. Психомоторное недоразвитие обучающихся с лёгкой умственной отсталостью проявляется В медленном темпе локомоторных функций, непродуктивности движений, двигательном беспокойстве суетливости. Их движения отличаются бедностью, угловатостью, недостаточной плавностью. Особенно слабо сформированы тонкие и точные движения рук, предметные манипуляции, жестикуляция и мимика.

Нарушения в развитии двигательных способностей:

- 1) нарушение координационных способностей точности движений в пространстве; координации движений; ритма движений; дифференцировки мышечных усилий; пространственной ориентировки; точности движений во времени; равновесия;
 - 2) отставание от здоровых сверстников в развитии физических качеств
- силы основных групп мышц рук, ног, спины, живота на 15-30%; быстроты реакции, частоты движений рук, ног, скорости одиночного движения на 10- 15%; выносливости к повторению быстрой динамической работы, к работе субмаксимальной мощности, к работе большой мощности, к работе умеренной мощности, к статическим усилиям различных мышечных групп на 20-40%; скоростно-силовых качеств в прыжках и метаниях на 15-30%; гибкости и подвижности в суставах на 10-20%.

Нарушения основных движений:

- неточность движений в пространстве и времени;
- грубые ошибки при дифференцировании мышечных усилий;
- отсутствие ловкости и плавности движений;
- излишняя скованность и напряженность;
- ограничение амплитуды движений в ходьбе, беге, прыжках, метаниях.

Специфические особенности моторики обучающихся с интеллектуальными нарушениями обусловлены, прежде всего, недостатками высших уровней регуляции. Это порождает низкую эффективность операционных процессов всех видов деятельности и проявляется в несформированности тонких дифференцированных движений, плохой координации сложных двигательных актов, низкой обучаемости движениям, косности сформированных навыков, недостатках целесообразного построения движений, затруднениях при выполнении или изменении движений по словесной инструкции.

Отставания в физическом развитии обучающихся с умственной отсталостью, степень приспособления к физической нагрузке зависят не только от поражения ЦНС, но и являются следствием вынужденной гипокинезии. Отсутствие или ограничение двигательной активности тормозит естественное развитие ребенка, вызывая цепь негативных реакций организма: ослабляется сопротивляемость к простудным и инфекционным заболеваниям, создаются предпосылки для формирования слабого малотренированного сердца. Гипокинезия часто приводит к избыточному весу, а иногда к ожирению, что еще больше снижает двигательнуюактивность.

М.С. Певзнер (1989), С.Д. Забрамная (1995), Е.М. Мастюкова (1997) отмечают характерные для умственно отсталых школьников быстрое истощение нервной системы, особенно при монотонной работе, нарастающее утомление, снижение работоспособности, меньшую выносливость У многих обучающихся с интеллектуальными нарушен₄иями

встречаются нарушения сердечно-сосудистой, дыхательной, эндокринной систем, внутренних органов, зрения, слуха, врожденные структурные аномалии зубов и прикуса, готическое небо, врожденный вывих бедра, а также множественные сочетанные дефекты (Худик В.А., 1997).

Среди вторичных нарушений в опорно-двигательном аппарате отмечаются деформация стопы, нарушения осанки (сколиозы, кифо- сколиозы, кифозы, лордозы), диспропорции телосложения, функциональная недостаточность брюшного пресса, парезы, кривошея. Мелкие диспластические признаки встречаются у 40 % обучающихся с умственной отсталостью.

Поскольку планируемые результаты освоения адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) представлены дифференцированно: для минимального и достаточного уровней, то можно условно разделить обучающихся с лёгкой умственной отсталостью на 2 группы.

1 группа: обучающиеся с умственной отсталостью, способные освоить минимальный уровень планируемых результатов АООП. У них наблюдается недостаточная четкость основных движений, неловкая походка, слабая регуляция мышечных усилий. Для обучающихся данной группы характерны трудности зрительно-двигательной координации, недоразвитие дифференцированных движений пальцев рук, недостатки произвольных движений.

У обучающихся с минимальным уровнем освоения планируемых результатов АООП отмечаются трудности самостоятельного выполнения двигательных упражнений. Самоконтроль при выполнении задания отсутствует или снижен. Волевые усилия недостаточно сформированы. Обучающиеся данной группы способны последовательно выполнять основные движения по показу и объяснению и нуждаются в дополнительной поэтапной (пооперационной) инструкции.

Обучающиеся данной группы в большинстве своем имеют низкий соматический статус, слабое физическое развитие. Испытывая дефицит двигательной активности, они имеют по сравнению с обучающимися с достаточным уровнем освоения планируемых результатов АООП сниженные показатели мышечной силы, быстроты, выносливости, гибкости и особенно координационных способностей.

В группу обучающихся с минимальным уровнем освоения АООП входят учащиеся с лёгкой умственной отсталостью с сопутствующими заболеваниями или осложнённым дефектом (нарушениями зрения, слуха, костно-мышечной системы).

2 группа: обучающиеся с умственной отсталостью, способные освоить *достаточный уровень* планируемых результатов АООП.

Обучающиеся данной группы при выполнении основных движений по программе действуют последовательно по показу и объяснению педагога. В процессе деятельности требуется организующая и направляющая помощь. По сравнению с обучающимися с минимальным уровнем освоения планируемых результатов АООП обучающиеся с достаточным уровнем демонстрируют более высокий уровень развития физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.

Организация уроков по адаптивной физической культуре требует дифференцированного подхода к детям. Поэтому все учащиеся в зависимости от состояния здоровья делятся на группы: основная, подготовительная и специальная. Специальная медицинская группа условно делится на А и Б.

	Характеристика
Медицинск	групп
аягруппа	

Основная	К ней относятся: обучающиеся без отклонений в состоянии здоровья и физическом развитии, имеющие хорошее функциональное состояние и соответственную возрасту физическую подготовленность; учащиеся с незначительными (чаще функциональными) отклонениями, но не отстающие от сверстников в физическом развитии физической подготовленности
Подготовительная	К ней относятся: практически здоровые обучающиеся, имеющие те или иные морфофункциональные отклонения или физически слабо подготовленные; входящие в группы риска по возникновению патологии или с хроническими заболеваниями в стадии стойкой клинико-лабораторной ремиссии не менее 3-5 лет
Специальная группа «А»	К специальной группе «А» относятся обучающиеся с отчетливыми отклонениями в состоянии здоровья постоянного (хронические заболевания, врожденные пороки развития в стадии компенсации) или временного характера либо в физическом развитии, не мешающие выполнению обычной учебной или воспитательной работы, однако, требующие ограничения физических нагрузок.
Специальная группа «Б»	К специальной группе «Б» относятся обучающиеся, имеющие значительные отклонения в состоянии здоровья постоянного (хронические заболевания в стадии субкомпенсации) и временного характера, но без выраженных нарушений самочувствия и допущенные к посещению теоретических занятий вобщеобразовательных учреждениях.

1.3. Место предмета в учебном плане

В соответствие с недельным учебным планом общего образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) на предмет «Адаптивная физическая культура» в 3 классе отводится 3 часа в неделю (102 ч/в год). Сроки реализации программы: 1 год.

2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

2.1. Краткая характеристика содержания учебного предмета

Реализация программа осуществляется при создании специальных условий на занятиях адаптивной физической культурой.

Специальные условия создаются путём применения средств адаптивной физической культуры, специальных (коррекционных) приёмов, использования системы поощрения, формирования и поддержания мотивации у обучающихся к занятиям и выполнению физических упражнений с учётом их индивидуальных возможностей, уровня психофизического развития и особых образовательных потребностей.

Средства адаптивной физической культуры для занятий с обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями):

Средствами адаптивной физической культуры являются физические упражнения, естественно-средовые силы природы и гигиенические факторы.

Разделы программы по адаптивной физической культуре включают многочисленные физические упражнения, позволяющие воздействовать на различные звенья опорно-двигательного аппарата, мышечные группы, вегетативные системы, корректировать недостатки физического развития, психики и поведения. В соответствии с педагогическими задачами используемые на занятиях адаптивной физической культурой упражненияможно объединить в следующие группы:

- 1. Упражнения, связанные с перемещением тела в пространстве: ходьба, прыжки, ползание, передвижение на лыжах, на коньках.
 - 2. Общеразвивающие упражнения:
 - а) без предметов;
- б) с предметами (флажками, лентами, гимнастическим палками, обручами, малыми и большими мячами и др.);
- в) на снарядах (гимнастической стенке, кольцах, гимнастической скамейке, лестнице, тренажерах).
- 3. Упражнения на развитие силовых, скоростных, координационных способностей, выносливости и гибкости.
 - 4. Упражнения на коррекцию и развитие координационных способностей: согласованности движений рук, ног, головы, туловища; согласованности движений с дыханием, ориентировки в пространстве, равновесия, дифференцировки усилий, времени и пространства, ритмичностидвижений, расслабления.
- 5. Упражнения на коррекцию осанки, сводов стопы, телосложения, укрепления мышц спины, живота, рук и плечевого пояса, ног
- 6. Упражнения лечебного и профилактического воздействия: восстановление функций паретичных мышц, опороспособности, подвижности в суставах, профилактика нарушений зрения.
 - 7. Упражнения на развитие мелкой моторики кистей и пальцев рук.
 - 8. Художественно-музыкальные упражнения: ритмика, базовые танцевальные движения, элементы хореографии и ритмопластики.
 - 9. Упражнения с речитативами, стихами, загадками, счетом и т.п., активизирующие познавательную деятельность.
 - 10. Упражнения, направленные на развитие и коррекцию восприятия, мышления, воображения, зрительной и слуховой памяти, внимания и других психических процессов.
 - 11. Упражнения прикладного характера, направленные на освоение профильного труда, трудовой деятельности.
 - 12. Упражнения, выступающие как самостоятельные виды адаптивного спорта: хоккей на полу, настольный теннис, баскетбол, мини-футбол, бочче, легкая атлетика и др.

К естественно-средовым факторам относятся воздушные, солнечные ванн ванны и водные процедуры. Они применяются для укрепления состояния здоровья, профилактики простудных заболеваний, закаливания организма.

Гигиенические факторы включают правила и нормы общественной и личной гигиены, режим дня, соотношение времени бодрствования и сна, учебы и отдыха, сбалансированное питание, гигиена одежды, обуви, спортивного инвентаря и оборудования. Для обучающихся с умственной отсталостью важны не только знания о влиянии естественных сил природы и гигиенических факторов на состояние здоровья и развития, но и формирование у них привычки к закаливающим процедурам, соблюдению режима дня, личной гигиены, чередованию физической и умственной активности.

Специальные условия

- показ учителем образца выполнения физического упражнения с объяснением способа выполнения действий (операций);
- дополнительный неоднократный показ образца выполнения физического упражнения в замедленном темпе в сопровождении с пояснением;
- дополнительная индивидуальная инструкция, задающая поэтапность (пошаговость) выполнения физического упражнения;
- адаптация (адекватность в соответствие с развитием обучающегося) инструкции к упражнению;
- предъявление мнестических опор: наглядных схем, визуальных алгоритмов, последовательности действий при выполнения физических упражнений;
 - наличие зрительно-пространственных ориентиров (разметка, флажки, кон усы и

- варьирование видов помощи с учётом индивидуальных возможностей и потребности в помощи у обучающихся: физическая помощь (совместные действия с педагогом); обучающая помощь (выполнение упражнений на основе одновременного показа учителя); пошаговый контроль правильности выполнения упражнений;
- предоставление дифференцированной помощи обучающимся: стимулирующей (одобрение, эмоциональная поддержка), организующей (привлечение внимания, концентрирование на выполнении физического упражнения, напоминание о необходимости самоконтроля), направляющей (повторение и разъяснение инструкции);
- учёт темпа деятельности обучающихся: увеличение времени на выполнение физических упражнений; допустимо выполнение упражнений в индивидуальном темпе;
- профилактика физических и эмоциональных перегрузок: выполнение упражнений наименьшее количество раз, смена видов деятельности, организация перерыва при нарастании в поведении обучающегося проявлений утомления, истощения;
- при определении физической нагрузки учёт соматического состояния обучающегося, уровня физической подготовленности, степени развития физических качеств:
 - специальное обучение играм по правилам;
- использование приёмов, направленных на формирование и поддержание интереса и мотивации к правильному выполнению физических упражнений (похвала, одобрение, игровые, сенсорные поощрения и др.);
- контроль выполнения физических упражнений с корректировкой и, при необходимости, оказание индивидуальной помощи обучающимся.

Модуль/	Разделы		Содержание	Дифференциация	видов
тематический			программы	деятельности обу	чающихся
блок				1 группа	2 группа
				(минимальный	(достаточный
				уровень)	уровень)
1 доп 4 класс	ы (1 вариант)				
Знания о	Знания	О	Чистота одежды и	- слушают	- слушают
физической	физической		обуви. Правила	объяснение и	объяснение и
культуре	культуре.		утренней гигиены	рассматривают	рассматривает
			и их значение для	помещение и	помещение и
			человека. Правила	оборудование	оборудование
			поведения на	спортивного	спортивного
			уроках	зала (с помощью	зала;
			физической	педагога);	- слушают
			культуры	- слушают	инструктаж и
			(техника	инструктаж и	зрительно
			безопасности).	зрительно	воспринимает
			Чистота зала,	воспринимает	образец
			снарядов.	образец	поведения на
			Значение	поведения на	уроках
			физических	уроках	физической
			упражнений для	физической	культуры
			здоровья	культуры	(техника
			человека.	(техника	безопасности);
			Формирование	безопасности);	-
			понятий:	- просматривают	просматривают
			опрятность,	видеоматериал	видеоматериал
			аккуратность.	ПО	по
			Физическая	теоретическим	теоретическим

нагрузка и отдых. вопросам Физическое адаптивной развитие. Осанка. физической Физические культуры; качества: сила. слушают быстрота, объяснение выносливость, педагога по теме гибкость И чёткими равновесие. смысловыми Понятия o акцентами предварительной опорой и исполнительной наглядность командах. (визуальный Предупреждение план, картинки травм во время по теме урока); занятий. Значение - рассматривают основные демонстрационн правила ый материал по закаливания. теме Понятия: (презентации, физическая иллюстрации, культура, наглядность); физическое - отвечают на воспитание. вопросы прослушанному материалу опорой визуальный план (c использованием системы игровых, сенсорных поощрений); выполняют практические задания заданными параметрами (составляют режим дня, подбирают ответы вопрос предоставленны м карточкам и др.) с помощью педагога: поэтапное

И

вопросам адаптивной физической культуры; слушают объяснение пелагога ПО теме с чёткими смысловыми акцентами И опорой на наглядность (визуальный план, картинки по теме урока); рассматривают демонстрацион ный материал ПО теме (презентации, иллюстрации, наглядность); - отвечают на вопросы ПО прослушанном у материалу; выполняют практические задания С заданными параметрами (составляют режим дня, подбирают ответы на вопрос ПО предоставленн ым карточкам и др.); ориентируются образец выполнения предварительно й исполнительно й команд; - участвуют в групповой работе ПО поиску информации ИЛИ выполнению

И

на

ПО

на

ПО

предъявление

(пооперационны

контроль

инструкции,

пошаговый

выполнения

й)

Тимпастика Теоретические сведения. Теоретические сведения о гимпастических снарядах и предметах. оджейой и предметах. оджейой и предметах. оджейой и правила поведения на уроках гимпастики. Понятия: колонна, шерецта, крут. Элементарные сведения о гимпастические сведения о гимпастиче. Понятия: колонна, шерецта, крут. Элементарные сведения о гимпастиче. Понятия: колонна, шерецта, крут. Элементарные сведения о гимпастиче. Обувью гимпаста; поведения на уроках гимпаста; поведения на уроках гимпастики. Объяснение и объ				ээлэния.	ээлэния
Бимнастика Теоретические сведения. Тимнаста. Элементарные сведения от тимнаста обувь тимнаста», тимнаста обувь тимнаста», тимнаста обувь тимнаста, тимнаста обувь				задания;	задания.
Тимнастика Теоретические сведения. Теоретические сведения о приментарные сведения. Теоретические сведения о предметать обувью пимнастар, по теме собразор и правилательные сведения на применяют обувью применяют обувью применяют обувью применяют обувью применяют обувью применяют и применяют обувью применают обувью применают обувью применяют обувью применают и предмета, крут. Элементарные сведения о предметак, поведения на уроках сведения о предметак, поредения на уроках приментарные сведения о сведения побъяснение и объяснение и предметак, применают и предметак, предметак, средения на уроках приментируясь на образен учителя; предметак, средения на образен учителя; предметак, средения на образен учителя и предметак и п				-	
Выполнения и соотност с голосовым (авуковым) сигналом предварительную комаяды; - участвуют в групповой работе по поиску информации или выполнению задания (на доступпом уровне, с помощью учителя). Гимнастика Теоретические сведения. Теоретические сведения. Теоретические сведения о тимнастических спарядах и предметах. предметах предметах. предметах предметах. предметах поведения на уроках и предметах. Понятия: колонна, шерента, круг. Элементарные сведения о правильной осанке, равновесии. Элементарные сведения о правила поведения на уроках принастики. Понятия: колонна, шерента, круг. Элементарные сведения о правильной осанке, равновесии. Элементарные сведения о правила поведения на уроках принастики примеляют и предметах. Оскрости, ритме, темпе, степени мыписчных усилий. Развитие двигатильных усилий. Р				_	
Соотпосят с голосовым (зауковым) сигналом предварительную команды; - участвуют в групповой работе по поиску информации или выполнению задания (на доступном уровне, с помощью учителя). Тимнастика Теоретические сведения. Тимнаста.				-	
Тимнастика Теоретические сведения. Теоретические попоиску информации или выпольстию выпольстию на доскатривают на дучителем, учителя, учителя, учителя, учителя, учителя, учителя, и предметы, дучителя, учителя, уситей, учителя, учителя, учителя, учителя, объяснение и предметы, дучителя, учителя, учителя, учителя, учителя, объяснение и предметы, дучителем, усиванают на добразец учителем, учителем, учителем, объяснение и объяснение и предметы, дучителем, объяснение и предметы, дучителем, учителем, объяснение и предметы, дучителем, объясн					
Гимнастика Теоретические сведения Теоретические Теоретические сведения Теоретические Теорительной Теоретичности Теорителня Теорителня Теорителня Теоретичности Теорителня Теоретичности Теорителня Теорителня Теорителня Теорителня Теоретичности Теоретичности Теорителня Теорителня Теорителн					
Гимнастика Теорстические сведения. Теорстические сведения. Теорстические сведения. Теорстические сведения. Теорстические сведения. Теорстические сведения. Одежда и обувь гимпаста. Элементарные сведения о гимпастических снарядах и Правила поведения на уроках применяют правильной осапке, равновесии. Элементарные сведения о правила поведения на уроках пимастики (под контролем учителя); руоках пимастики (под контролем учителя); руоках пимастики, орисптируясь объяснение и предметы, усилий. Развитие двитательных способностей и физических качеств с учителем, усващают па демонстрируемы объяснение и предметы, усилий. Развитие двитательных способностей и физических качеств с учителем, усващают па добразе учителем, усващают па добразе учителем, усиний. Развитые объяснение и предметы, усилий. Развитые объяснение и предметы, усилий и предметы, усилий и предметы, усилий и предметы, усилий и предметы и предметы, усилий и предметы и объяснение и предметы и предметы учителем, усилий и усилий и предметы и предметы учителем, усилий и и предметы учителем. Усилий и и и и и и и и и и и и и и и и и и					
Гимнастика Теоретические сведения. Теоретические сведения. Теоретические сведения. Теоретические сведения. Теоретические сведения правила по сведения предметах. правила поведения поведения поведения поведения поведения поведения порежах и правила поведения порежах и правила поведения порежах и правила поведения порежах и правила поведения порежах и применяют правила пореждения о правильной осанке, равновесии. Элементарные сведения о правильной осанке, равновесии. Элементарные сведения о правильной осанке, равновесии. Элементарные сведения о правильной осанке, равновесии. Элементарные сведения о правильной осанке, равновесии. Элементарные сведения о правильной осанке, равновесии. Элементарные сведения о правильной осанке, равновесии. Элементарные сведения о скорости, ритме, темпе, степени мышечных усилий. Развитис двигательных способпостей и физических качеств с учителя, усвящают та демонстрируемы демонстрируемы с учителя; с чучителя; с чучителя; объяснение и прасметрируемы с учителя; объяснение и предметы, и предметы предметы, и предметы,				` • ′	
Тимпастика					
Гимнастика Теоретические сведения. Теоретические сведения. Одежда и обувь гимнаста. Элементарные сведения о предметах. Правила поведения на уроках гимнастине сведения о правильной осапке, равновесии. Элементарные сведения о окорости, ритме, темпе, степени двигательных способностей и физических качеств с помощью средств предметы, демонстрируемы не учителем, объяснение и физических качеств с помощью средств предметы, демонстрируем не сведения о окоростей и физических качеств с помощью средств предметы, демонстрируем предметы, демонстрируем предметы, демонстрируем предметы, демонстрируем предметы, демонстрируем предметы, демонстрируем демонстрируем предметы, демонстрируем демонстрируем демонстрируем усваивают и демонстрируем предметы, демонстрируем демонстрацию помощью стражение демонстрацион ный материал по демонстрацион и добувью пимнаста», стражение демонстрацион ный материал по демонстрацион и добувью пимнаста», стражение демонстрацион и добувью пимнаста», стражение демонстрацион по демонт					
Гимнастика Теоретические сведения. Теоретические содежатем и объяснение и рассматривают на сведения. Теоретические св					
Тимпастика Теоретические сведения. Теоретические сведения. Одежда и обувь гимпаста. Элементарные сведения о предметах. снарядах и предметах. поведения по предметах. поведения поредка и предметах. поведения поредка и предметах. поведения поредка и правильной сведения о правильной сведения о сведения о правильной сосанке, равновесии. Элементарные сведения о скорости, ритме, генени мышечных усилий. Развитие двигательных способностей и физических качеств с помощью средетв гимнастики. Помощью редета о прасматривают на обрязею применяют правила поредения по объяснение и предметы, усилий. Развитие двигательных усилий. Развитие двигательных усилий развитавею предметы, усванявают на физических качеств с помощью средств гимнастики. Способностей и физических средения о усванявают на физических средения о усванявают и демонстрируемы с с наряды и предметы, усванявают на физических средения о усванявают на физических средения о устанавают на физических средения о учителем.				<u> </u>	
Гимпастика Теоретические сведения. Тимпастика Теоретические сведения. Тимпастических снарядах и предметах. правила поведения поредения поредения подативное сведения поредения пореде					
Гимнастика Теоретические сведения. Тимнаста. Элементарные сведения и предметах. Поведения на уроках сиринаста, обувью гимнаста», знакомятся с одежда и обувью гимнаста», знакомятся с одежда и обувью гимнаста; знакомятся с одежда и обувью гимнаста, знакомятся с одеждой и обувь приненяют правила преднета, круг. Элементарные сведения о правильной осанке, учителя; Элементарные сведения о правильной осанке, учителя; равновесии. Элементарные сведения о скорости, ритме, темпе, степени мышечных усилий. Развитие двигательных способностей и физических качеств с помощью средств гимнастики. Тимнастики. Тимнастики применяют правила поведения на уроках применяют правила поведения на образен учителя; учителя; учителя; учителя; учителя поведение и рассматривают предметы, усваивают на е учителем, сенаряды и физических качеств с помощью средств гимнастики. Тимнастики. Тимнастики.					
Тимнастика					
Тимнастика Теоретические сведения. Одежда и обувь гимнастика Одежда и обувь гимнастариал по сведения о гимнастических спарядах и предметах. Правила поведения на уроках гимнастики (под одеждой и обувь гимнаста), поведения на уроках гимнастики. Понятия: колона, превента, круг. Элементарные сведения о правильной осанке, равновесии. Элементарные сведения о скорости, ритме, темпе, степени мышечных усилий. Развитие двигательных способностей и физических спомощью средств и физических качеств и предмета, демонстрируемы ыс учителем, отвематорують, гимнастием предметы, демонстрируемы е седения о спаряды и предметы, демонстрируемы е седения и уровам гимнастически объяснение и предметы, демонстрируемы е седения о спаряды и оръжнати на объяснение и оръжнати на объясне				1	
Темнастика Теоретические сведения. Теоретические сведения. Теоретические сведения о гимнаста. Элементарные спореджда и обувь и предметах. Правила поведения на уроках и гимнастики. Понятия: колонна, шеренга, круг. Элементарные сведения о отравильной сосанке, равновесии. Элементарные сведения о стедения и правила побувью пимнаста», знакомятся с одеждой и обувь пимнаста», знакомятся с одеждой и обувью пимнаста», знакомятся с одеждой и обувью пимнаста», знакомятся с одеждой и обувью пимнаста», знакомятся с одеждой и примсияют правила поведения на уроках примсияют и правила поведения на уроках и примсияют и правила поведения на уроках инивастики, объяснение и рассматривают севдения о скорости, ритме, темпе, степени мышечных усилий. Развитие демонстрируемы с учителя; способностей и физических способностей и физических способностей и физических качеств спомощью средств гимнастики.				•	
Тимнастика Теоретические сведения. Тодментарные сведения. Тодментарные сведения. Тодментарные сведения. Тодментарные сведения на уроках пимнаста, правила поведения на уроках пимнастики. Понятия: колонпа, преренга, крут. Элементарные сведения о правильной соанке, равновесии. Элементарные сведения о скорости, ритме, темпе, степени мышечных усилий. Развитие двигательных усилий. Развитие двигательных усилий. Развитие двигательных усилий. Развитие двигательных способностей и физических качеств имнастики. Тоджентарные сведения о скорости, ритме, степени мышечных усилий. Развитие двигательных усилий. Развитие двигательных усилий. Развитие двигательных усилий развитие с чителем, уусваивают на физических качеств и доступном уровне с сведения о усваивают на бизических качеств имнастики. Тоджентарные с степени и объяснение и предметы, усваивают на бизических качеств и доступном уровне и демонстрируемы ыс учителем, оступном уровне на уроках применяют поведения на уроках применяют правила поведения на уроках применяют прасметтрируемы е учителем, объяснение и доступном усваивают на бизических качеств и доступном усваивают на бизических качеств и доступном усваивают на бизических с сведения о усваивают на бизических с сведения о усваивают на бизических с с с с с с с с с с с с с с с с с с с					
Тимнастика Теоретические сведения. Тимнастика о теме «Одежда и обувь гимнаста», по теме «Одежда и обувь гимнаста», по теме «Одежда и предметах. предметах. предметах с тимнаста; знакомятся с одеждой и применяют правила правила правила гимпаста; знакомятся с одеждой и применяют правила правила правила гимпаста; знакомятся с одеждой и применяют правила гимпаста; знакомятся с одеждой и проведения на уроках гимпастики (под правила гимпастах, объяспение и объяспение и объяспение и предметых, усилий. Развитие двигательных с одеждой и предметых, способностей и физических качест с помощью средетв гимпастики, ориентируемы на образен учителем, усваивают на доступном прасметириемы ые учителем, ориентарные ые учителем, ориентармуемы на образения объясием на образения от объясием на объясием на объясием на объясием на объясием на объясием н					
Темнастика Теоретические сведения. Теоретические сведения о гимнастических снарядах и предметах. поведения на уроках предметах. Поведения на уроках предметах. Поведения на уроках предмета, круг. Элементарные сведения о правильной осанке, учителя); усилий развитае сведения о скорости, ритме, темпе, степени двитательных способностей и физических качест с помощью средств гимнастики. Темнастики. Теоретические сведения о прасметарные обрявь применяют правила поведения на уроках применяют правила поведения на уроках применяют правила поведения на уроках примастики (под правиланной сведения о скорости, ритме, темпе, степени двитательных способностей и физических качест с помощью средств гимнастики. Темнастики. Теоретические сведения о предметы, демонстрируемы ыс учителем, усваивают на доступном уровне лементарные ыс учителем, отментарные обрявают и предметы, демонстрируем ыс учителем, отментарные обрявают и предмета, учителем, отментарные обрявают и предмета, и обрявают и предмета, отментарные обрявают и предмета, и обрявают и предмета, отментарные обрявают и предмета, отментарные обрявают и предмета, отментарные обряваем и о				`	
Тимнастика Теоретические сведения. Теоретические сведения. Теоретические сведения. Теоретические сведения о дементарные сведения о предметах. поредметах. поредметах. поредметах. поредения на уроках гимнастики. Понятия: колонна, шеренга, круг. Элементарные сведения о правильной осанке, равновесии. Томентарные сведения о правильной осанке, учителя); тимнастики, ориентируясь объяснение и сведения о скорости, ритме, темпе, степени мышечных усилий. Развитие двитательных способностей и физических качеств с помощью средств гимнастиные объяснение и физических качеств с помощью средств гимнастиные, остернуемы поедметы, и демонстрируемы объяснение и рассматривают тимнастические с сиаряды и предметы, и демонстрируемы объяснение и рассматривают тимнастические с сиаряды и предметы, и демонстрируемы объяснение и рассматривают тимнастические с сиаряды и предметы, и демонстрируемы объяснение и рассматривают тимнастические с сиаряды и предметы, и демонстрируемы объяснение и рассматривают тимнастические с сиаряды и предметы, и демонстрируемы объяснение и рассматривают тимнастические с сиаряды и предметы, и демонстрируемы объяснение и рассматривают тимнастические с сиаряды и предметы, и демонстрируемы объяснение и рассматривают тимнастические с сиаряды и предметы, и демонстрируемы объяснение и рассматривают тимнастические с сиаряды и предметы, демонстрируемы объяснение и рассматривают тимнастические с сиаряды и предметы, демонстрируемы объяснение и рассматривают тимнастические с сиаряды и предметы, демонстрируемы объяснение и рассматривают тимнастические с сиаряды и предметы, демонстрируемы объяснение и рассматривают тимнастические с сиаряды и предметы, демонстрируемы объяснение и рассматривают тимнастические с сиаряды и предметы, демонстрируемы объяснение и рассматривают тимнастические с сиаряды и объяснение и рассматривают тимнаста; за предмета демонстрационна				=	
Тимнастика Теоретические сведения. Теоретические сведения. Теоретические сведения. Тимнаста. Элементарные сведения о теме «Одежда и обувь гимнаста», по теме «Одежда и предметах. Правила поведения на уроках гимнаста; знакомятся с обувью гимнаста», поведения на уроках гимнастики. Понятия: колонна, шеренга, круг. Элементарные сведения о правила правила применяют правила применяют обувью применяют правила поведения на уроках учителя); равновесии. Элементарные сведения о скорости, ритме, темпе, степени мышечных усилий. Развитие двигательных способностей и двигательных способностей и дизических качеств с помощью средств гимнастики о усваивают и предметы, и предметы, и предметы, и предметы, демонстрируемы е снаряды и предметы, демонстрируемы на образен учителя; гимнастики, объяснение и орассматривают гимнастически е снаряды и предметы, демонстрируемы на образен учителя; объяснение и орассматривают гимнастически е снаряды и предметы, демонстрируемы объяснение и орассматривают гимнастически е снаряды и предметы, демонстрируемы на образен учителя; объяснение и орассматривают гимнастически е снаряды и предметы, демонстрируемы на образен учителя; объяснение и орассматривают гимнастически е снаряды и предметы, объяснение и орассматривают и предметы, об					
Тимнастика Теоретические сведения. Теоретические сведения. Теоретическия расментарные сведения. Тимнаста. Элементарные обрвь гимнастах, снарядах и предметах. Правила поведения на гимнаста; знакомятся с одеждай и предметах. Правила поведения на гимнаста; знакомятся с одеждой и обувь гимнастах, гимнастак, гимнастах, гимнастак, применяют правила поведения на уроках сведения о правильной осапке, равновесии. Элементарные сведения о правильной осапке, равновесии. Элементарные сведения о скорости, ритме, темпе, степени мышечных усилий. Развитие двигательных способностей и физических качеств с помощью средств сведения о доступном и предметы, гимнастики и предметы, объяснение и обрязен учителем, гимнастики и предметы, усваивают на физических качеств с помощью средств олементарные сведения о от предметы, усраивают на физических качеств с помощью средств олементарные сведения о от предметы, усваивают на физических качеств с помощью средств олементарные сведения о усваивают на физических качеств с помощью средств олементарные сведения о усваивают на физических качеств с помощью средств олементарные сведения о усваивают на физических сведения о усваивают на физических сведения о усваивают на образен и усваивают на физических качеств с уровне демонстрируем ые учителем, усваивают на физических качеств с помощью средств олементарные сведения о усваивают на регораторном усваивают н					
сведения. Гимнаста. Элементарные сведения о гимнастических снарядах и предметах. Правила поведения на уроках гимнастики. Понятия: колонна, шеренга, круг. Элементарные сведения о правильной сосанке, равновесии. Элементарные сведения о скорости, ритме, темпе, степени мышечных усилий. Развитие двигательных способностей и физических качеств с помощью средств гимнастики. Гимнастики. Понятия: колонна, применяют правила гимнаста; знакомятся с одеждой и обувью гимнаста», знакомятся с одеждой и обувью гимнаста», знакомятся с одеждой и обувью правила гимнаста; поведения на уроках применяют правила по семедения на уроках гимнаста; поведения на уроках гимнастики (под контролем учителя); уроках гимнастики, ориентируясь на образец учителем, усваивают на физических качеств с помощью средств гимнастики ориентируемы с с спаряды и предметы, демонстрируемы качеств с помощью средств гимнастики.				учителя).	
Элементарные сведения о гимнастических снарядах и предметах. одеждой и обувь пимнаста», по теме «Одежда и обувь пимнаста», по теме «Одежда и обувь пимнаста», по тимнастах. одеждой и обувью гимнаста», поведения на уроках - слушают и применяют правила поведения на уроках пимнаста; поведения на уроках пимнаста; поведения на уроках пимнаста; поведения на уроках пимнаста; поведения на уроках пимнастики (под правильной контролем учителя); уроках гимнастики, ориентируясь на образец учителя, темпе, степени мышечных усилий. Развитие двигательных способностей и физических качеств с помощью средств гимнастики о усваивают на физических качеств с помощью средств гимнастики. Сведения о усваивают на демонстрируемы на усилием демонстрируемы предметы, усоваивают на физических качеств с помощью средств гимнастики. Обедения о усваивают на физических качеств с помощью средств гимнастики.	Гимнастика	Теоретические	Одежда и обувь	- рассматривают	-
сведения о гимнастических снарядах и предметах. одеждой и обувь отимнаста», поведения на уроках гимнастики. Понятия: колонна, перенга, круг. Элементарные сведения о санке, равновесии. Элементарные сведения о скорости, ритме, степени мышечных усилий. Развитие двигательных способностей и физических качеств с помощью средств гимнастики. Обувье потрименяют и обувью правиль и обувью правила правила правила правила правила правила поведения и обувью правильной контролем поведения на уроках применяют правила поведения на уроках применяют правила поведения на образец учителя; степени мышечных усилий. Развитие двигательных е учителем, гимнастически е демонстрируемы предметы, демонстрируемы и предметы, демонстрируем предметы и предметы, демонстрируем предметы и предметы и предметы и предметы и предметы, демонстрируем предметы и предмет		сведения.	гимнаста.	_	рассматривают
гимнастических снарядах и предметах. Правила обувью гимнаста», обувь гимнаста», обувь пимнаста», обувь пимнаста», обувь пимнаста», обувь гимнаста», обувь гимнаста», обувь гимнаста», обувью гимнаста», знакомятся с одеждой и обувь гимнаста; одеждой и обувью гимнаста; применяют правила пирменяют правила гимнаста; поведения на уроках применяют правила поведения на уроках гимнастики, объяснение и объяснение и объяснение и ориентируясь на образец учителя; стемпе, степени мышечных усилий. Развитие двигательных способностей и физических качеств с помощью средств гимнастики.			-		_
снарядах и предметах. Правила поведения на уроках гимнастики. Понятия: колонна, правила перенга, круг. Элементарные сведения о правильной контролем осанке, учителя); равновесии. Элементарные сведения о скорости, ритме, темпе, степени мышечных усилий. Развитие двигательных способностей и физических качеств с помощью средств гимнастики. знакомятся с оодеждой и обувью гимнаста; знакомятся с одеждой и обувью гимнаста; правила гимнаста; пимнаста; пимнаста; пимнаста; пимнастики (под правильной контролем уроках применяют правила поведения на уроках учителя); усителя; гимнастические снаряды и объяснение и ориентируясь на образец учителя; степени демонстрируемы е учителем, гимнастические снаряды и предметы, усваивают на физических качеств с уровне демонстрируем демонстрируем демонстрируем ые учителем, усваивают демонстрируем ые учителем, усваивают демонстрируем ые учителем, усваивают объяснение и усваивают на демонстрируем ые учителем, усваивают объяснение и усраивают на демонстрируем ые учителем, усваивают объяснение и усраивают на демонстрируем ые учителем, усваивают усваивают объяснение и объяснение и устанаем на объяснение и учителем, усваивают на демонстрируем ые учителем, усваивают объяснение и усраивают на демонстрируем ые учителем, усраивают объяснение и усраивают на демонстрируем ые учителем, усраивают объяснение и усраивают на демонстрируем ые учителем, усраивают на демонстрируем ые учителем, усраивают объяснение и усраивают на демонстрируем ые учителем, усраивают объяснение и усраивают на демонстрируем ые учителем, усраивают объяснение и усраивают на демонстрируем объяснение и усраивают на демонстрителем, усраивают на демонстрителем на учителем, усраивают на демонстрит			сведения о		ный материал
предметах. Правила поведения на уроках гимнастики. Понятия: колонна, правила поведения о правильной контролем осанке, учителя); равновесии. Элементарные оскорости, ритме, темпе, степени мышечных усилий. Развитие двигательных с поосбностей и физических качеств с помощью средств гимнастики. правила поведения о оправильной контролем поведения на образец учителя; темпе, степени мышечных усилий. Развитие двигательных с уучителем, качеств с помощью средств гимнастики о ориентируем ые учителем, демонстрируем не сведения о ориентируем не ууровне демонстрируем не с с с ууровне демонстрируем не с с с с ууровне демонстрируем не уучителем, усваивают гимнастики.			гимнастических	обувь гимнаста»,	
Правила поведения на уроках гимнастики. Понятия: колонна, шеренга, круг. Элементарные сведения о отанке, учителя); уроках равновесии. Элементарные окорости, ритме, темпе, степени мышечных усилий. Развитие двигательных с пособностей и физических спомощью средств гимнастики. Правила поведения на уроках гимнастики (под правила поведения на образец учителя); уроках гимнастики, ориентируясь на образец учителя; стемпе, степени мышечных усилий. Развитие двигательных с уучителем, качеств с помощью средств гимнастики. Правила поведения и обувью гимнаста; с одеждой и обувью гимнаста; применяют применяют применяют правила поведения на уроках гимнастики, ориентируясь на образец учителя; стемпе, степени мышечных усилий. Развитие двигательных с уучителем, демонстрируемы предметы, демонстрируем ые учителем, усваивают гимнастики.			снарядах и		
поведения на уроках - слушают и обувью гимнастики. Применяют правила гимнаста; отмената, шеренга, круг. Элементарные сведения о правильной контролем поведения на осанке, учителя); уроках равновесии. Элементарные сведения о скорости, ритме, темпе, степени мышечных усилий. Развитие двигательных способностей и физических качеств с помощью средств гимнастики о сведения о способностей и физических качеств с помощью средств гимнастики о содеждой и обувью гимнаста; пимнаста; пимнаста; пимнаста; пимнастики оправила пименяют применяют применяют правила поведения на уроках гимнастики, офизически снаряды и предметы, объяснение и рассматривают гимнастически е учителем, способностей и усваивают на физических качеств с уровне демонстрируем ые учителем, усваивают на редметы, предметы, предметы, объяснение и объясн			_ -		•
уроках гимнастики. Понятия: колонна, правила поведения на уроках правила поведения на уроках правильной контролем осанке, учителя); уроках равновесии. Элементарные объяснение и образец учителя; темпе, степени двигательных способностей и физических качеств с помощью средств гимнастики. уроках правила поведения на уроках применяют правила поведения на уроках гимнастики, ориентируясь на образец учителя; тимнастические учителя; объяснение и рассматривают предметы, демонстрируемы демонстрируемы способностей и усваивают на физических качеств с уровне демонстрируем ые учителем, гимнастики.			Правила	обувью	гимнаста»,
гимнастики. Понятия: колонна, правила гимнаста; шеренга, круг. Элементарные сведения о правильной контролем поведения на осанке, учителя); уроках гимнастики, ориентируясь на образец учителя; темпе, степени двигательных способностей и физических качеств с помощью средств гимнастики. Понятия: колонна, правила поведения на уроках гимнастики (под правила поведения на уроках гимнастики, ориентируясь на образец учителя; тимнастические снаряды и предметы, объяснение и рассматривают гимнастически е снаряды и предметы, объяснение и рассматривают гимнастически е снаряды и предметы, способностей и физических качеств с помощью средств гимнастики. сведения о усваивают на демонстрируем ые учителем, гимнастики.			поведения на	гимнаста;	
Понятия: колонна, правила пимнаста; — заментарные сведения о правильной контролем осанке, учителя; — равновесии. — слушают объяснение и объяснени			уроках	- слушают и	
шеренга, круг. поведения на уроках применяют правильной контролем поведения на осанке, учителя); уроках равновесии слушают гимнастики, ориентируясь на образец усилий. Развитие двигательных способностей и физических качеств с помощью средств гимнастики. о усваивают гимнастические предметы, качеств с помощью средств гимнастики о усваивают гимнастические предметы, гимнастические объяснение и усраивают на физических качеств с уровне демонстрируемы на образец учителя; гимнастики. объяснение и рассматривают гимнастически е снаряды и предметы, гимнастически е снаряды и предметы, гимнастически е снаряды и объяснение и усваивают на физических доступном предметы, качеств с уровне демонстрируем ые учителем, гимнастики. объяснение о усваивают				-	•
Элементарные сведения о гимнастики (под правила поведения на осанке, учителя); уроках гимнастики, Элементарные объяснение и ориентируясь на образец усилий. Развитие двигательных е учителем, способностей и физических качеств с долементарные объясмение и объяснение и ориентируясь на образец учителя; степени снаряды и слушают объяснение и рассматривают предметы, объяснение и рассматривают гимнастически е снаряды и предметы, способностей и усваивают на физических доступном предметы, качеств с уровне демонстрируем ые учителем, гимнастики.			Понятия: колонна,	правила	гимнаста;
сведения о правильной контролем поведения на осанке, равновесии. Элементарные сведения о скорости, ритме, темпе, степени мышечных усилий. Развитие двигательных способностей и физических качеств с помощью средств гимнастики. Сведения о объяснение и ориентируясь на образец учителя; гимнастические учителя; объяснение и рассматривают предметы, объяснение и рассматривают гимнастически е снаряды и рассматривают гимнастически е снаряды и предметы, объяснение и рассматривают предметы, способностей и усваивают на физических качеств с уровне демонстрируем ые учителем, гимнастики.				поведения на	=
правильной осанке, учителя); уроках гимнастики, ориентируясь на образец усилий. Развитие двигательных способностей и физических качеств с помощью средств гимнастики. объяснения и усилий. Развитие демонстрируемы качеств с помощью средств гимнастики. объяснения и усилий объяснения и демонстрируемы предметы, и демонстрируемы предметы, усваивают на физических качеств с помощью средств объяснения и усваивают на физических и доступном предметы, демонстрируем ые учителем, гимнастики. объяснения и рассматривают гимнастически предметы, демонстрируем ые учителем, усваивают на демонстрируем ые учителем, гимнастики.			-	* *	=
осанке, равновесии слушают гимнастики, объяснение и ориентируясь сведения о скорости, ритме, темпе, степени мышечных усилий. Развитие двигательных способностей и физических качеств с помощью средств гимнастики. учителя; объяснение и усваивают на е снаряды и физических качеств с уровне демонстрируем ые учителем, гимнастически объяснение и усваивают на е снаряды и предметы, и предметы, и предметы, усваивают на е снаряды и предметы, и объяснение и усваивают на е снаряды и ориентируем ые учителем, гимнастики. объяснение и усваивают на е снаряды и предметы, и предметы, уровне демонстрируем ые учителем, гимнастики. сведения о усваивают				`	=
равновесии. Элементарные объяснение и сведения о скорости, ритме, темпе, степени мышечных предметы, усилий. Развитие двигательных е учителем, способностей и физических качеств с уровне помощью средств гимнастики. равновесии. - слушают ориентируясь на образец учителя; - слушают объяснение и усваивают на е снаряды и рассматривают гимнастически е снаряды и предметы, качеств с уровне демонстрируем ые учителем, гимнастики.			-	-	
Элементарные объяснение и ориентируясь сведения о рассматривают на образец учителя; темпе, степени мышечных предметы, объяснение и усилий. Развитие демонстрируемы дассматривают двигательных е учителем, гимнастически е снаряды и физических доступном предметы, качеств с уровне демонстрируем ые учителем, гимнастичем, гимнастичем, качеств с уровне демонстрируем помощью средств элементарные ые учителем, гимнастики.			· ·	, ·	• •
сведения о скорости, ритме, гимнастические учителя; темпе, степени мышечных предметы, объяснение и усилий. Развитие демонстрируемы двигательных е учителем, гимнастически е снаряды и физических доступном предметы, качеств с уровне демонстрируем ые учителем, гимнастики. сведения о усваивают на гимнастики.			_	•	
скорости, ритме, темпе, степени мышечных предметы, объяснение и усилий. Развитие двигательных е учителем, способностей и физических качеств с помощью средств гимнастики. Сведения о усваивают на гимнастики.			-		
темпе, степени мышечных предметы, объяснение и усилий. Развитие демонстрируемы е учителем, способностей и физических доступном предметы, качеств с уровне демонстрируем помощью средств гимнастики. сведения о усваивают на гимнастики.				-	*
мышечных предметы, объяснение и усилий. Развитие демонстрируемы е учителем, гимнастически е способностей и физических доступном предметы, качеств с уровне демонстрируем помощью средств элементарные ые учителем, гимнастики. сведения о усваивают				гимнастические	•
усилий. Развитие демонстрируемы е учителем, гимнастически способностей и физических доступном предметы, качеств с помощью средств гимнастики. сведения о усваивают рассматривают пимнастически усваивают на предметы, демонстрируем ве учителем, о усваивают о усваивают			темпе, степени	-	=
двигательных е учителем, гимнастически способностей и усваивают на е снаряды и физических доступном предметы, качеств с уровне демонстрируем помощью средств элементарные ые учителем, гимнастики. сведения о усваивают				•	
способностей и усваивают на е снаряды и физических доступном предметы, качеств с уровне демонстрируем помощью средств элементарные ые учителем, гимнастики. сведения о усваивают			_	демонстрируемы	= =
физических доступном предметы, качеств с уровне демонстрируем помощью средств гимнастики. сведения о усваивают				•	гимнастически
качеств с уровне демонстрируем помощью средств элементарные ые учителем, гимнастики. сведения о усваивают				усваивают на	е снаряды и
помощью средств элементарные ые учителем, гимнастики. сведения о усваивают			физических	доступном	предметы,
гимнастики. сведения о усваивают			качеств с	уровне	демонстрируем
D TO VOLUMENT VO			помощью средств	элементарные	ые учителем,
D. W.O. F. C. T. C.			гимнастики.	сведения о	
гимнастических элементарные				гимнастических	элементарные

снарядах сведения 0 предметах; гимнастически зрительно х снарядах воспринимают предметах; образец зрительно выполнения, воспринимают слушают образец объяснение выполнения, учителя c слушают показом способа объяснение выполнения И учителя С соотносят показом голосовым способа выполнения (звуковым) И соотносят С сигналом выполнение голосовым команд, (звуковым) построений сигналом И перестроений: выполнение колонна, команд, построений шеренга, круг; И получают перестроений: элементарные колонна, шеренга, круг; теоретические получают сведения 0 правильной элементарные теоретические осанке, равновесии, сведения o зрительно правильной воспринимают и осанке, оценивают равновесии, образец зрительно воспринимают удержания правильной оценивают осанки И образец удержания равновесия; через правильной объяснение осанки И учителя и показ равновесия; способа через выполнения объяснение упражнений учителя и показ способа получают И усваивают на выполнения доступном упражнений уровне получают И элементарные усваивают сведения элементарные скорости, ритме, сведения степени темпе, скорости, мышечных ритме, темпе, усилий; степени - просматривают мышечных усилий; и рассматривают 11 наглядные

Построения и	- построения и	демонстрационные материалы (видео, презентации, иллюстрации) о средствах гимнастики, слушают пояснение учителя о роли средств гимнастики для развития двигательных способностей и физических качеств человека.	просматривают и рассматривают наглядные и демонстрацион ные материалы (видео, презентации, иллюстрации) о средствах гимнастики, слушают пояснение учителя о роли средств гимнастики для развития двигательных способностей и физических качеств человека.
Построения и перестроения.	- построения и перестроения в шеренгу, колонну, круг; - строевые действия в шеренге и колонне; - выполнение простейших строевых команд (с одновременным показом учителя). Подвижные игры коррекционной направленности: - гимнастика для пальцев рук.	простые виды построений, осваивают на доступном уровне строевые действия в шеренге и колонне (с помощью	качеств человека.
		упражнения; - слушают объяснение	перестроений; - воспринимают

(инструкцию) запоминают учителя c расположение фиксацией на зрительных пространственн этапах выполнения ЫΧ опор упражнения; ориентиров для фиксируют выполнения построений внимание воспринимают перестроений. На расположение зрительных закрепления пространственн способа опор выполнения ориентиров ДЛЯ упражнения: выполнения выполняют построений И построения перестроений. перестроений в На этапе шеренгу, закрепления колонну, способа ПО сигналу/команд выполнения упражнения: учителя, выполняют ориентируясь зрительноупражнение пространственн показу учителя, ые опоры. пошаговой/поэта Коррекционная пной работа: инструкции - выполняют по педагога. показу учителя Коррекционная упражнения работа: ДЛЯ развития - выполняют по переключаемос показу учителя ти движений; упражнения для - выполняют по показу учителя развития переключаемост упражнения и движений; ДЛЯ - выполняют по формирования показу учителя пространственн упражнения для ЫΧ формирования представлений; пространственн - выполняют по ЫΧ показу учителя представлений; построения - выполняют по перестроения показу учителя под музыку с построения соблюдением перестроения заданного под музыку (на ритма; доступном - выполняют по уровне); показу учителя - выполняют по упражнения показу учителя ДЛЯ развития тактильноупражнения для

И

этапе

круг

			развития	кинестетическо
			тактильно-	й способности
			кинестетической	рук.
			способности	pyk.
			рук.	
	Практический	Упражнения без	Практический	Упражнения
	материал.	предметов:	материал.	без предметов:
	Упражнения без	- основные	Упражнения без	- основные
	предметов	положения и	предметов	положения и
	(корригирующие	движения рук,	(корригирующие	движения рук,
	И	ног, головы,	И	ног, головы,
	общеразвивающи	туловища;	общеразвивающ	туловища;
	е упражнения).	- упражнения для	ие упражнения).	- упражнения
		расслабления	, ,	для
		мышц;		расслабления
		- упражнения для		мышц;
		укрепления мышц		- упражнения
		шеи;		для укрепления
		- упражнения для		мышц шеи;
		укрепления мышц		- упражнения
		спины и живота;		для укрепления
		- упражнения для		мышц спины и
		развития мышц		живота;
		рук и плечевого		- упражнения
		пояса;		для развития
		- упражнения для		мышц рук и
		мышц ног;		плечевого
		- упражнения на		пояса;
		дыхание;		- упражнения
		- упражнения для		для мышц ног;
		развития мышц		- упражнения
		кистей рук и		на дыхание;
		пальцев;		- упражнения
		- упражнения для		для развития
		формирования		мышц кистей
		правильной		рук и пальцев;
		осанки;		- упражнения
		- упражнения для		ДЛЯ
		укрепления мышц		формирования
		туловища;		правильной
		- упражнения на		осанки;
		равновесие.		- упражнения
		Подополния		для укрепления
		Подвижные игры		МЫШЦ
		и упражнения		туловища;
		коррекционной		- упражнения
		направленности: - «Пустое место»;		на равновесие.
		- «Пустое место», - «Стрелки»;		Подвижные
		• .		игры и
		- игры для развития		игры и упражнения
		развития способности		упражнения коррекционной
		ориентирования в		направленност
		пространстве;		и:
		- коррекционные		и. - «Пустое
<u> </u>		коррекционные		14

	упражнения для		место»;
	формирования		- «Стрелки»;
	правильной		- игры для
	осанки и свода		развития
	стопы;		способности
	- лечебно-		ориентировани
	оздоровительные		ЯВ
	упражнения для		пространстве;
	коррекции		-
	заболеваний и		коррекционные
	нарушений		упражнения
	здоровья;		для
	- коррекционная		формирования
	игра для развития		правильной
	мелкой моторики		осанки и свода
	пальцев рук.		стопы;
	Комплексы		- лечебно-
	общеразвивающих		оздоровительн
	упражнений:		ые упражнения
	- под музыкальное		для коррекции
	сопровождение;		заболеваний и
	- на		нарушений
	гимнастических		здоровья;
	ковриках.		-
	•		коррекционная
			игра для
			развития
			мелкой
			моторики
			пальцев рук.
			1100122,02 руш
			Комплексы
			общеразвиваю
			, •
			щих
			упражнений:
			- под
			музыкальное
			сопровождение
			;
			- на
			гимнастически
			х ковриках.
Практический	Упражнения с	Практический	Упражнения с
материал.	предметами:	материал.	предметами:
Упражнения с	- c	Упражнения с	- c
предметами.	гимнастическими	предметами.	гимнастически
	палками;		ми палками;
	- флажками;		- флажками;
	- малыми		- малыми
	обручами;		обручами;
	- малыми мячами;		- малыми
	- большим мячом;		мячами;
	- набивными		- большим
	мячами (вес от 1		мячом;
	до 2 кг);		- набивными

- лазание и
перелезание;
- упражнения на
равновесие (на
гимнастической
скамье);
- ползание по
гимнастической
скамейке: на
четвереньках, на
животе,
подтягиваясь
двумя руками;
- ползание по
гимнастической
скамейке на
животе,
подтягиваясь
поочередно то
правой, то левой
рукой;
- ползание по
наклонной
гимнастической
скамейке вверх и
вниз на
четвереньках;
=
- упражнения в
равновесии:
ходьба по
верёвке, руки в
стороны; ходьба
по верёвке с
мешочком на
голове; ходьба по
верёвке,
выложенной
змейкой, с
мешочком на
голове и руками в
стороны; ходьба
по веревке,
выложенной
змейкой, с
перешагиванием
мелких
предметов, руки в
стороны; ходьба
по
гимнастической
скамейке; ходьба
ПО
гимнастической
скамейке
приставным
ll

мячами (вес от 1 до 2 кг); лазание И перелезание; упражнения на равновесие (на гимнастическо й скамье); - ползание по гимнастическо й скамейке: на четвереньках, животе, подтягиваясь двумя руками; - ползание по гимнастическо й скамейке на животе, подтягиваясь поочередно то правой, ТО левой рукой; - ползание по наклонной гимнастическо скамейке вверх и вниз на четвереньках; - упражнения в равновесии: ходьба ПО верёвке, руки в стороны; ходьба ПО верёвке c мешочком на голове; ходьба ПО верёвке, выложенной змейкой, c мешочком на голове И руками В стороны; ходьба ПО веревке, выложенной змейкой, перешагивание M мелких предметов, руки В сторон<u>ы; 16</u>

шагом; ходьба по гимнастической скамейке перешагиванием предметов; ходьба по гимнастической скамейке c высоким подниманием бедра; ходьба по гимнастической скамейке приставным правое, шагом левое плечо вперед; ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом правое, левое плечо вперед перешагиванием мелких предметов; лазание ПО гимнастической стенке: одноименным способом на заданное расстояние; c переходом соседний пролет; - упражнения для развития пространственновременной дифференцировки И точности движений; - переноска грузов передача предметов; - прыжки. Подвижные игры упражнения коррекционной направленности: - «Совушка-сова»; - «Два мороза»; - «Пустое место»; - «Стрелки»; - «Колокольчик»;

ходьба ПО гимнастическо скамейке: ходьба ПО гимнастическо скамейке приставным шагом; ходьба гимнастическо й скамейке с перешагивание предметов; ходьба гимнастическо й скамейке с высоким подниманием бедра; ходьба ПО гимнастическо скамейке приставным шагом правое, левое плечо вперед; ходьба ПО гимнастическо й скамейке приставным шагом правое, левое плечо вперед перешагивание мелких предметов; лазание ПО гимнастическо стенке: одноименным способом на заданное расстояние; c переходом на соседний пролет; упражнения развития ДЛЯ пространственн о-временной дифференциров ки и точности движений; переноска грузов 17 и

«Угадай передача предмет»; предметов; - упражнения для - прыжки. формирования Подвижные правильной игры и осанки и свода упражнения стопы: коррекционной - упражнения для направленност развития и: координационных «Совушкаспособностей; сова»; - «Два мороза»; игры упражнения «Пустое ДЛЯ развития место»; способности - «Стрелки»; ориентироваться в пространстве; «Колокольчик» игра для «Угалай развития предмет»; тактильнокинестетической упражнения способности рук; для лечебноформирования правильной оздоровительные упражнения осанки и свода профилактики стопы; нарушений упражнения зрения. ДЛЯ развития координационн Комплексы ЫΧ общеразвивающих способностей; упражнений: игры И - со скакалками; упражнения - с обручами; ДЛЯ развития с различными способности предметами под ориентироватьс музыкальное сопровождение; пространстве; c игра ДЛЯ гимнастической развития скамейкой; тактильнона кинестетическо гимнастических й способности ковриках. рук; лечебнооздоровительн ые упражнения ДЛЯ профилактики нарушений зрения. Комплексы общеразвиваю щих упражненцц:

Деткая Теорстические сведения. Теорстические обрудование и оборудование и оборудование и инвентарь; леткоатлета», закамительным перавилами по круту правилами по каками по каками правилами по каками по каками по каками правилами по каками правилами по каками					20
Собручами; - с различным предметами под музыкальное сопровождение; - с правила готоверения. - правила готоверения. - правила готоверения. - порудоках легкой атлетики оборудование и инвентары; - формирование гигиенических навыков; - виды основных движений человека; - элементарные понятия о ходьбе, беге, прыжках и метаниях; - попятие о пачале ходьбы и бета; - ознакомление обучающихся с правилами дыхания во время ходьбы и бета; - ознакомление обучающихся с правильным ходьбы и бета; - ознакомление обучающихся с правильным ходьбы и бета; - ознакомление обучающихся с правильным кодьбы и бета; - ознакомление обучающихся с правильным положением тела во время выполнения кодьбы, бега, протучают прыжков, вета, получают прыжков, вета, получают выполняют выполняют и в					- со
Петкая атлетика Теоретические сведения. Поведения и побрудование и инвентары; - формирование гитиспических навыков; - виды основных движещий на навыков; - элементарные понятия о ходьбе, годемонетрационные метаниях; - ознакомление обучающихся с правилами дыхания во время ходьбы и бета; - ознакомление обучающихся с правильным ходьбы и бета; - ознакомление обучающихся с правильным положением тела во время кодьбы, бета, получают умовис поизческая культура»; медленном, прожеменном, получают продчают и прыжков, получают оправильную осанку преметарные выполнения культура»; медленном, положением тела во время кодьбы, бета, получают оправильную осанку преметарные понятния ходьбы, бета, получают оправильную осанку преметарные обренном), отвементарные ореднем в медленном, обреднем в преметарные ореднем по тементарные обреднем в получают от получают образоваться в получающей образоваться в получающей образоваться в получающей обра					-
Пегкая тлетика талетика сведения. Подматлетика сведения. Побрудовати и оборудование и обурдование и инвентических навыков; - виды основных движений человека; - олементарные обучающихся с правилами дыхания во время ходьбы и бета; - ознакомление обучающихся с правилами дыхания во время ходьбы и бета; - ознакомление обучающихся с правилами дыхания во время ходьбы и бета; - ознакомление обучающихся с правильным положение тобучающихся с правильным положение теме утроже представление обучающихся с правильным положение теме дывшение обучающихся с правильным положение теме утроже правильным положение теме дывшение обучающихся с правильным положение теме дывшение обучающихся с правильным положение теме доступном уровке поштию дыхания во время выполнения дыхания во время выполнения обучающихся с правильным положение теме доступном уровке пошятие доступном уступном уровке пошятие доступном уступном					
Под музыкальное сопровождение; ; - спинастическое й скамейкой; - и тиннастическое и ковриках обучающиех ходьбу ваявнись за урхи; - формирование гигиенических навыков; - виды основных движений нолятия о ходьбе, беге, прыжках и метаниях; - понятие о начале ходьбы и бета; - ознакомление обучающихся с правилями дыхания во время выполнения кодьбы, бега, прыжков, весматринаст на во время выполнения ходьбы, бега, прыжков, весматринаст и доступном уровке понятие о время выполнения ходьбы, бега, пролучают прыжков, весматрина и доступном уровке понятие о время выполнения ходьбы, бега, пролучают прыжков, весматрина и доступном уровке понятие выполнения культура»; осванвают и выполнения культура»; осранено в медленном реседием в медленном в меделенном в меделе					-
Легкая Теоретические сведения. Теоретические атлетика сведения. Поведения на уроках легкой атлетики, оборудование и инвентары; - формирование гитиенических навыков; - виды основных движений человека; - элементарпыс беге, прыжках и метаниях; -понятие о начале побучающихся с правильным положение обучающихся с правильным положением тель во время выполнения ходьбы, бега, прыжков, правильным положением тель во время выполнения ходьбы, бега, прыжков, правитарные обранопностия во время выполнения ходьбы, бега, прыжков, правильные принятия сотручают дыхания во время выполнения ходьбы, бега, прыжков, правильные принятия сотручают дыхания во время выполнения ходьбы, бега, прыжков, правильную соезнку при ходьбы, бега, прыжков, правильные согренном, сумеренном, сумеренном сумере					-
Дегкая тлетика тверения. Теорстические сведения. Теорстические атлетика сведения. Теорстические сведения. Теорстические тиментарты сведения. Теорстические тиментических навыков; - виды основных движений человека; - элементарные понятия о ходьбы и бега; - ознакомление обучающихся с правилами кодьбы и бега; - ознакомление обучающихся с правилами положением телна во время выполнения ходьбы, бега, прыжков, телна правильным положением телна прыжков, телна прыжков, телна прыжков, телна прыжков, телна прыжков, телна прыжков, телна правильным проложением телна прыжков, телна прыжков, телна прыжков, телна правильные правильные правильные правильные правильные правильные правиты правильные правиты правильные правильные правиты правильные правиты правильное правильное правильное правильное правильное правильное правильное правиты правильное правиты правильное правильное правиты					
Теоретические Правила сведения. Поведения па уроках легкой и скамейкой; - нединатически х ковриках. побудование и инвентарь; - формирование гитиснических навыков; - виды основных движений человека; - элементарные поизтия о ходьбо, беге, прызкках и метаниях; - понятие о начале ходьбы и бега; - ознакомление обучающихся с правилами дыхания во время ходьбы и бега; - ознакомление обучающихся с правилами положением тела во время выполнения кодьбы, бега, прыжков, выполнения ходьбы, бега, прыжков, выполнения кодьбы, бега, прыжков, выполнения кодьбы, бега, прыжков, выполнения кодьбы, бега, прыжков, выполнения корчающей каке и которы правильную осанку представление о физической культуре, осанку представление о физическая культуре, осанку представление о физической сумеренном, осанку представление о физическая культуре, осанку представление о физическая культуре, осанку представление о физической сумеренном, осанку представление о физическая культуре, осанку представление о физическая культуре, осанку представление о физическая культуре, осанку представление о физической сумеренном, осанку представление о физической сумеренном объемение о физической сумеренном объемение о физической					=
Пегкая Теоретические сведения. Теме урока (праситации, памятки, пам					сопровождение
Пегкая Теоретические сведения. Теме урока (праситации, памятки, пам					,
Леткая тлетика Теорстические сведения. Теорстические товедения патлетика Теорстические сведения. Теме «Одеждай и обувью легкоатлета», анакомтеста, сведение обувью легкоатлета», анакомтеста, сведение обувью легкоатлета», анакомтеста, сведение обувают и выполняют стоты; представление обуанощихся с правильную осванивают на представление обуанощихся с правильным доступном упорне понятие выполняют стоты; представление осраняют и ходьбе; осванают и культуре, осванают на горска с стоты; от стоты; от стоты; от стоты; от стоты; от ст					
Петкая Теоретические поведения на уроках легкой атлетика оборудование и инвентарь;					
Тегкая тлетика Теоретические сведения. Теоретические сведения. Теоретические сведения. Теоретические сведения. Теоретическия на уроках леткой атлетики, оборудование и обувь иннестарь; - формирование гитиенических навыков; - виды основных движений человека; наглядию нетонятия о ходьбе, беге, прыжках и метаниях; - понятие о начале ходьбы и бега; - ознакомление обучающихся с правилами дыхания во время ходьбы и бега; - ознакомление обучающихся с правильным доступном ходьбе; образованием тела во время кольбы, бега, прыжков, обематерные положением тела во время кольбы, бега, прыжков, обематерные получают иложением тела во время кольбы, бега, прыжков, обематерные понятие о началем собучающихся с правильным доступном уровне понятие выполненом уходьбы и бега; - ознакомление обучающихся с правильным доступном уровне понятие во время культуре, осваивают и кольбы; прыжков, обематерные и культура»; медленном (умеренном), среднем и кольбы, бега, прыжков, осваивают (умеренном), среднем и кольбы, бега, прыжков, осваитарные среднем и кольбы, бега, прыжков, осваитают (умеренном), среднем и кольбы среднем и кольбы, бега, прыжков, осваитают (умеренном), среднем и кольбы сред					
Теоретические сведения. Теоретические сведения. Теоретические сведения. Теоретическия и оборудование и инвентарь;					
Теоретические сведения. Теоретические сведения. Теоретические сведения. Теоретическия поведения на уроках легкой атлетики, оборудование и инвентарь; - формирование тигиенических навыков; - виды основных движений человека; - элементарные понятия о ходьбе, бега, прыжках и метаниях; - ознакомление обучающихся с правилами ходьбы и бега; - ознакомление обучающихся с правилами кольбы и бега; - ознакомление обучающихся с правилами дыхания во время выполнения кольбы, бега, прыжков, Теоретическия на урока и обувью одежда и обувью одежда и обувью одежда и обувью одеждай и обувью одемонстрациони теме урока (презентации, памятки, памамамамамамамамамамамамамамамамамамам					
атлетика сведения. поведения на уроках легкой атпетики, оборудование и оборудование и иннентарь; — формирование гигиенических навыков; — виды основных деждой и обувью легкоатлета; — рассматривают человека; — элементарные понятия о ходьбе, беге, прыжках и метаниях; —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, получают дыхания ков, время культура»; оденем и жедленом (умеренном), среднем и жедленом), среднем и жедленом (умеренном), среднем и жедленом), среднем и жедленом), среднем и жедленом (умеренном), среднем и жедленом)	π	Т			
уроках легкой атлетики, оборудование и инвентарь; - формирование и инвентарь; - формирование гигиенических навыков; - виды основных движений геловека; - элементарные понятия о ходьбе, обеге, прыжках и метаниях; -понятие о начале ходьбы и бега; - ознакомление обучающихся с правилами дыхания во время кольбы, бега, прыжков, обега, прыжков, обега, прожением тела во время кольбы, бега, прыжков, обега, получают прыжков, обрявью одному в обход зала за учителем; стольи кольбо и содному в обход зала за учителем; стольи кольбо и содному в обход зала за учителем; стольи содном и стеме урока (презентации, памятки, памятка, памятка, памятка, памятка, памятка, памятка, памя		-	-		
атлетики, оборудование и обувь деткоатлета», - формирование гигиенических одеждой и одному в обход деткоатлета; - выполняют одному в обход деткоатлета; - выполняют человека; - виды основных движений человека; - элементарные понятия о ходьбе, прыжках и метаниях; - понятие о начале ходьбы и бега; - ознакомление обучающихся с правилами дыхания во время выполнения кодьбы, бега, прыжков, одежда и обувенном теме урока (презентации, прямой линии, памятки, на носках, на нестаниях; представление о физической правильную осанку при осанку при осанку при умеренном теме урока (презентации, прямой линии, памятки, на носках, на нестания и прямой линии,	атлетика	сведения.		<u> </u>	*
оборудование и инвентарь;			* 1	_	
инвентарь;			·		
- формирование гигиенических одеждой и навыков; обувью одному в обход зала за учителем; наглядно элементарные понятия о ходьбе, прыжках и метаниях; -понятие о начале ходьбы и бега; правилами - получают дыхания во время обучающихся с отравильным положением тела выполнения выполнения выполнения кодьбы, бега, прыжков, обега, получают прыжков, обучающихся с осваивают на положением тела выполнения культура»; медленном кодьбы, бега, получают прыжков, обучающихся с осраняют получают прыжков, обучающих осреднем и кольбы, прыжков, обучающих осреднем и кольбы и бега, получают прыжков, обучающих с осраняют получают прыжков, обучающих с осранем и культура»; медленном (умеренном), среднем и среднем				_	= -
гигиенических навыков; обувью одному в обход одному в обход легкоатлета; зала за учителем; наглядно- выполняют кодьбу в материалы по беге, прыжках и метаниях; плакаты, пятках, на на носках, на на на на носках, на на на носках, на на на носках, на на на носках, на			_		
навыков; - виды основных движений человека; - элементарные понятия о ходьбе, беге, прыжках и метаниях; - понятие о начале ходьбы и бега; - ознакомление обучающихся с правилами ходьбы и бега; - ознакомление обучающихся с правилами ходьбы и бега; - ознакомление обучающихся с правилами ходьбы и бега; - ознакомление обучающихся с правильным кодьбы и бега; - ознакомление обучающихся с правильным ходьбы и бега; - ознакомление обучающихся с правильным культуре, осанку при осанку при осанку при оступном человением тела во время выполнения культура»; медленном ходьбы, бега, прыжков, бега, прыжков, оседнем и получают уровне понятие культура»; медленном культура»; медленном (умеренном), грыжков, отментарные среднем и получают уровне получают умеренном), грыжков, отментарные среднем и получают умеренном и получающих умеренном и получаю					_
- виды основных движений - рассматривают человека; - элементарные понятия о ходьбе, беге, прыжках и метаниях; -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 кодьбы, бега, прыжков, осреднем и кодьбы и бега; осреднем и кодьбы, бега, прыжков, осреднем и кодьбы, бега, прыжков, осреднем и кодьбы и бега; осреднем и кодьбы, бега, получают прыжков, осреднем и кодьбы, бега, получают осреднем и кодьбы осреднем и кодьбы осреднем и кодьбы, бега, получают осреднем и кодьбы осреднем осреднем и кодьбы осреднем о					
движений человека; - элементарные понятия о ходьбе, беге, прыжках и метаниях; -понятие о начале ходьбы и бега; - ознакомление обучающихся с правильную обучающихся с правильным голожением обучающихся с правильным положением тела во время выполнения кодьбы, бега, прыжков, осеренем и ходьбы, бега, прыжков, осеренем и ходьбы и сета уровне понятие выполняют и устранем и ходьбы, бега, получают осеренем и ходьбы, осета получают осеренем и ходьбы, осета получают осеренем и ходьбы, осета получают осет			•	•	<u> </u>
человека; - элементарные понятия о ходьбе, беге, прыжках и метаниях; -понятие о начале ходьбы и бега; - ознакомление обучающихся с правилами ходьбы и бега; - ознакомление обучающихся с правилами ходьбы и бега; - ознакомление обучающихся с правилами годыбы и бега; - ознакомление обучающихся с правилами годыбы и бега; - ознакомление обучающихся с правильным ходьбы и бега; - ознакомление обучающихся с осваивают на ходьбе; правильным положением тела во время выполняют во время культура»; медленном ходьбы, бега, получают (умеренном), прыжков, осенная и среднем и золементарные среднем и среднем					
- элементарные понятия о ходьбе, беге, прыжках и метаниях; (презентации, прямой линии, на носках, на ходьбы и бега; плакаты, пятках, на обучающихся с правилами - получают дыхания во время ходьбы и бега; ознакомление обучающихся с правильным положением тела во время выполнения культура»; медленном ходьбы, бега, прыжков, осреднем и ходьбы, бега, прыжков, бега, получают прыжков, осреднем и ходьбы и бега, прыжков, осреднем и ходьбы и бега, прыжков, осреднем и ходьбы и бега, прыжков, осреднем и ходьбы, бега, получают сумеренном), среднем и ходьбы, бега, получают среднем и ходьбы, осреднем и ходьбы и кодьбы и к				•	
понятия о ходьбе, беге, прыжках и теме урока темпе по метаниях; (презентации, прямой линии, памятки, на носках, на ходьбы и бега; плакаты, пятках, на внешнем своде обучающихся с правилами - получают дыхания во время ходьбы и бега; ознакомление обучающихся с отоль; представление о сохраняют ходьбы и бега; ознакомление обучающихся с осваивают на обучающихся с правильным доступном - осваивают и положением тела во время выполнения культура»; медленном ходьбы, бега, пролучают (умеренном), прыжков, отементарные среднем и положением тела уровне получают (умеренном), прыжков, отементарные среднем и положением тела уровне получают (умеренном), среднем и осранем положением тела уровне получают (умеренном), отементарные среднем и осранем и осране			· ·		
беге, прыжках и медленном прыжков, и теме урока темпе по метаниях; (презентации, прямой линии, памятки, памятки, памятки, пятках, на плакаты, пятках, на правилами обучающихся с правилами обучающихся с правилами обучающихся с правильную обучающихся с ознакомление обучающихся с осваивают на ходьбе; правильным положением тела во время выполнения культура»; медленном ходьбы, бега, прыжков, оседнем и элементарные среднем и получают организатием получают обучающих об			-	_	•
метаниях; (презентации, прямой линии, памятки, на носках, на ходьбы и бега; плакаты, внутреннем и обучающихся с правилами - получают дыхания во время ходьбы и бега; физической правильную обучающихся с осваивают на ходьбе; правильным доступном - осваивают и положением тела во время выполнения культура»; медленном ходьбы, бега, получают прыжков, оседнем и элементарные среднем и обучающихся с осваивают на ходьбу выполнения культура»; медленном умеренном), отрыжков, отравнатарные среднем и обучающихся с осваивают и положением тела уровне понятие выполняют культура»; медленном уходьбы, бега, получают среднем и обучающихся, отражков, от получают среднем и обучающих обучающ				•	
-понятие о начале ходьбы и бега; плакаты, пятках, на обучающихся с правилами - получают дыхания во время ходьбы и бега; физической правильную обучающихся с осваивают на обучающихся с правильным доступном госваивают и положением тела во время выполнения ходьбы, бега, прыжков, осранем и получают стопы;			=	l .	
ходьбы и бега; плакаты, видеоматериалы внутреннем и обучающихся с правилами - получают стопы; представление о тознакомление обучающихся с ознакомление обучающихся с осваивают на положением тела во время выполнения культура»; медленном ходьбы, бега, прыжков, элементарные среднем и положенем тела получают (умеренном), прыжков, элементарные среднем и положением и элементарные среднем и положением тела выполнения культура»; при останку при оступном соваивают и уровне понятие выполняют культура»; медленном ультура»; медленном останку при останку при оступном сореднем и останку при останку при останку при останку при оступном соваивают и уровне понятие выполняют останку при			·	` -	-
- ознакомление обучающихся с правилами - получают стопы; представление о тознакомление обучающихся с осваивают на обучающихся с осваивают на положением тела во время выполнения культура»; медленном ходьбы, бега, прыжков, прыжков, прыжков, внешения видеоматериалы внутреннем и внешнем своде отопы; правильную представление о сохраняют правильную осанку при обучающихся с осваивают на доступном соваивают и положением тела во время «Физическая ходьбе; на выполнения культура»; медленном (умеренном), прыжков, элементарные среднем и				·	· ·
обучающихся с правилами - получают стопы; представление о дыхания во время представление о тознакомление культуре, осанку при обучающихся с осваивают на ходьбе; правильным доступном - осваивают и положением тела уровне понятие выполняют во время «Физическая ходьбу выполнения культура»; медленном ходьбы, бега, получают (умеренном), прыжков, элементарные среднем и				*	*
правилами - получают стопы; представление о ходьбы и бега; физической правильную осанку при обучающихся с осваивают на ходьбе; правильным доступном - осваивают и положением тела во время «Физическая ходьбу выполнения культура»; медленном ходьбы, бега, - получают (умеренном), прыжков, элементарные среднем и				_	* -
дыхания во время ходьбы и бега; физической правильную осанку при обучающихся с осваивают на положением тела во время «Физическая ходьбу выполнения культура»; медленном ходьбы, бега, прыжков, элементарные сохраняют и положением тела уровне понятие выполняют во время «Физическая ходьбу в выполнения культура»; медленном уходьбы, бега, получают среднем и прыжков, элементарные среднем и			· ·		
ходьбы и бега; физической правильную - ознакомление культуре, осанку при обучающихся с осваивают на ходьбе; правильным доступном - осваивают и положением тела уровне понятие выполняют во время «Физическая ходьбу выполнения культура»; медленном ходьбы, бега, - получают (умеренном), прыжков, элементарные среднем и			-		-
- ознакомление культуре, осанку при обучающихся с осваивают на ходьбе; правильным доступном - осваивают и положением тела уровне понятие выполняют во время «Физическая ходьбу выполнения культура»; медленном ходьбы, бега, - получают (умеренном), прыжков, элементарные среднем и			ходьбы и бега;	_	-
обучающихся с осваивают на ходьбе; правильным доступном - осваивают и положением тела уровне понятие выполняют во время «Физическая ходьбу выполнения культура»; медленном ходьбы, бега, - получают (умеренном), прыжков, элементарные среднем и			- ознакомление	-	
положением тела уровне понятие выполняют во время «Физическая ходьбу выполнения культура»; медленном ходьбы, бега, получают (умеренном), прыжков, элементарные среднем и			обучающихся с	• • •	
во время «Физическая ходьбу выполнения культура»; медленном ходьбы, бега, - получают (умеренном), прыжков, элементарные среднем и			правильным	доступном	- осваивают и
выполнения культура»; медленном ходьбы, бега, получают (умеренном), прыжков, элементарные среднем и			положением тела	уровне понятие	выполняют
ходьбы, бега, - получают (умеренном), прыжков, элементарные среднем			во время	«Физическая	ходьбу в
прыжков, элементарные среднем			выполнения	культура»;	медленном
			ходьбы, бега,	- получают	(умеренном),
метаний; сведения и быстром темпе;			прыжков,	элементарные	среднем и
			метаний;	сведения и	быстром темпе;
			- значение	усваивают	- чередуют
			правильной		ходьбу с бегом;
				*	- выполняют
			ходьбе;	•	ходьбу с
- развитие метаниях; изменением			- развитие	метаниях;	изменением
двигательных - слушают скорости;				- слушают	•
				= -	- выполняют
физических правилах ходьбу 19			физических	правилах	ходьбу ₁₉ с

физических качеств и должние по должением рук: на положением по положением розвильном положении тела во время выполнения ходьбы, бега, прыжков, метания; — получают элементарные сведения о правильной осапке при ходьбе, — получают сведения о средствах лёткой атлетики, и завачении в развитии двитательных способностей и физических качеств человека; — участвуют в беседе; — отвечают на вопросы и общенным (с с использованием системы игровых, с с с осревновательн попирений).		<u> </u>			
легкой атлетики. - получают элементарные сведения о правилах дыхания во время ходьбы и бега; - получают представление о правильном положении тсла во время кодьбы, бега, прыжков, метания; - получают элементарные сведения о правильной осапке при ходьбе; - получают сведения о правильной осапке при ходьбе; - получают сведения о правильной осапке при ходьбе; - получают заментарные сведения о средствах лёгкой атлетики, их значении в развитии двигательных способностей и физических качеств человека; - участвуют в беседе; - участвуют в беседе; - отвечают на вногорьска, с открытыми и глазами; - отвечают на вногорьска, с открытыми и закрытыми и полуждыми и тлу, с открытыми и закрытыми и полуждыми и тлу, с открытыми и закрытыми и полуждыми; - участвуют в беседе, открытыми и закрытыми и глазами; - участвуют в открытыми и закрытыми; - участвуют в обеседе по теме системы игровых, сенсорных, сенсорных обеседе соревновательной об		качеств		поведения на	различным
- получают элементариные сведения о правилах дыхапия во время ходьбы и бега; - выполняют продеставление о правильном положении тела во время выполнения ходьбы, бега, прыжков, метания; - выполняют элементарные сведения о правильной поднательных способностей и физических качеств человека; - участвуют в беседе; - отвечают на выпуальный план (с использованием системы игоравновательы поощрений).				уроках лёгкой	положением
режения о полову по поравилах дыхания во время ходьбы и нетрукции учителя; - выполняют ходьбу с правильном положении тела во время командам учителя; - выполняют ходьбь, бета, прыжков, метания; - получают элементарные сведения о правильной осапке при ходьбе; - получают сведения о средствах лёткой атлетики, их значении двитательных способностей и физических качеств человека; - участвуют в беседе; - отвечают на визуальный план (с опорой на випровых с опорой на випровым на правительного по помет на правительного по помет на правительного по помет на правительного по помет на правительного положени		легкой атлетики.		атлетики;	рук: на пояс, к
сведения о правилах пи дыхания во время ходьбы и бега; - получают представление о правильном положении тела во время выполнения ходьбы, бега, прыжков, метания; - получают элементарные сведения о правильной осанке при ходьбе - получают сведения о средствах лёгкой атлетики, их значении в развитии двигательных способностей и физических качеств человека; - участвуют в беседе; - отвечают на вопросы поматериалу урока, сенсорных поощрений).				- получают	плечам, перед
правилах дыхания во время ходьбы и бега;				элементарные	грудью, за
дыхания во время ходьбы и бега; - выполняют голожении тела во время выполнения ходьбу с изменением направлений по одиентирам и командам учителя; ходьбу, бега, прыжков, метания; толожения сведения о получают элементарные сведения о правильной поанке при ходьбе; - получают сведения о средствах лёгкой атлетики, их значении в развитии двигательных способностей и физических качеств человека; - участвуют в беседе; - отвечают на вопросы по материалу урока с опорой па визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорпых поопрений).				сведения о	голову по
дыхания во время ходьбы и бега; - выполняют содьбу с изменением иправильном положении тела во время выполнения ходьбь, бета, прыжков, метания; ходьбы, бета, прыжков, метания; толучают элементарные сведения о правильной осапке при ходьбе; - получают сведения содерствах лёгкой атлетики, их значении в развитии двигательных способностей и физических качеств человека; - участвуют в беседе; - отвечают на вопросы по материалу урока с опорой па визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорпых поопрений).				правилах	показу и
время ходьбы и бета;				=	инструкции
бега;				время ходьбы и	
- получают представление о правильном положении тела во время выполнения учителя; ходьбы, бета, прыжков, метания; - получают оправильной осанке при ходьбе; - получают сведения о правильной осанке при ходьбе; - получают сведения о средствах лёткой атлетики, их значении в вреда вразвитии двигательных способностей и физических качеств человека; - участвуют в беседе; - отвечают на вопросы по материалу урока с опорой на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорных поопрений).				_	•
представление о правильном положении тела во время выполнения ходьбы, бета, прыжков, метания; — получают элементарные сведения о правильной осанке при ходьбе; — получают сведения о средствах лёткой атлетики, их значении в развитии двигательных способностей и физических качеств человека; — участвуют в беседе; — отвечают на визуальный план (с использованием системы игровах, сенсорных поощрений).				ŕ	
правильном положении тела во время выполнения ходьбы, бега, прыжков, метания; — получают элементарные сведения о правильной осанке при ходьбе; — получают сведения о средствах лёгкой атлетики, их значении в развитии двитательных способностей и физических качеств человека; — участвуют в беседе; — отвечают на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорных поощрений).				~	=
положении тела во время выполнения и ходьбы, бета, прыжков, метания; перешагивание сведения о правильной осанке при ходьбе; медленном, среднем и сведения о средствах лёгкой атлетики, их значении в развитии двигательных способностей и физических качеств человека; участвуют в беседе; открытыми и в вопросы по материалу урока с опорой на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорных поощрений).				=	
во время выполнения учитсля; ходьбы, бега, прыжков, метания; получают элементарные сведения о правильной осапке при ходьбе; получают сведения о средствах лёгкой атлетики, их значении в развитии двигательных способностей и физических качеств человека; отвечают на вопросы по материалу урока, сепсорных поощрений). комматериалу сореа по материалу за вопросы по материалу за выпользованием системы игровых, сепсорных поощрений).				=	-
выполнения ходьбы, бега, прыжков, метания; получают элементарные сведения о правильной подниманием бедра, в медленном, средствах лёгкой атлетики, их значении в развитии двитательных способностей и физических качеств человека; участвуют в беседе; о поруй на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорных поощрений).					
ходьбы, бега, прыжков, метания; — получают элементарные сведения о правильной осанке при ходьбе; — получают сведения о подниманием бедра, в медленном, средгвах лёгкой атлетики, их значении в развитии двигательных способностей и физических качеств человека; — отвечают на вопросы по материалу урока, сенсорных поощрений).				-	
прыжков, метания; - получают элементарные сведения о правильной осанке при ходьбе; - получают сведения о средствах лёгкой атлетики, их значении в развитии двигательных способностей и физических качеств человека; - участвуют в беседе; - отвечают на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорных поощрений).					•
метания;					
- получают элементарные сведения о правильной подниманием осанке при ходьбе; получают сведения о средствах лёгкой атлетики, их значении в развитии двигательнии способностей и физических качеств человека; участвуют в беседе; открытыми и вопросы по материалу урока с опорой на визуальный план (с использованием системы игровых, соровновательны поощрений). - получают обльшие мячи с большие мячи с оседнам и быстром темпе, среднем и быстром темпе, среднем и быстром темпе, среднем и положений рук: значении в вперёд, вверх, с хлопками и т.д; двигательный глан и ходьбу в полуприседе; качеств — выполняют человека; — участвуют в беседе; открытыми и закрытыми и глазами; — отвечают на визуальный план (с использованием системы учутеля; игровых, — участвуют в сенсорных соревновательн поощрений).				=	•
элементарные сведения о правильной осанке при ходьбе; медленном, среднем и быстром темпе, среднем и быстром темпе, со сменой атлетики, их значении в развитии хлопками и т.д; двигательных способностей и физических качеств человека; сучаствуют в беседе; открытыми и в беседе; открытыми и в беседе по теме визуальный план (с отвечают на вопросы учистемы уурока, отвечают на вопросы учистемы уурока, отвечают на вопросы учистемы уурока, отвечают на вопросы учистемы учителя; игровых, - участвуют в сенсорных соревновательн поощрений).				· ·	*
сведения о правильной подниманием осанке при ходьбе;				•	
правильной осанке при ходьбе; получают сведения о сведения о средствах лёгкой атлетики, их значении в развитии двигательных способностей и физических качеств человека; участвуют в беседе; открытыми и впоросы по материалу урока с опорой на визуальный план (с использованием системы (игользованием системы иговых, сенсорных поощрений).				-	
осанке при ходьбе;					высоким
ходьбе; медленном,				правильной	
- получают сведения о средствах лёгкой атлетики, их значении в развитии хлопками и т.д; двигательных способностей и физических качеств человека; ходьбу поруприседе; акачеств человека; ходьбу перенгой с обеседе; открытыми и закрытыми				1	бедра, в
сведения о средствах лёгкой атлетики, их значении в развитии хлопками и т.д; — выполняют способностей и физических качеств — выполняют человека; ходьбу в человека; ходьбу — участвуют в беседе; открытыми и закрытыми и закр				ходьбе;	медленном,
средствах лёгкой атлетики, их значении в развитии хлопками и т.д; двигательных способностей и физических полуприседе; качеств - выполняют человека; - участвуют в беседе; - отвечают на вопросы по материалу урока с опорой на визуальный план (с отвечают на визуальный план (с отвечают на использованием системы игровых, сенсорных соревновательн поощрений).				- получают	=
атлетики, их значении в вперёд, вверх, с хлопками и т.д; двигательных способностей и физических качеств - выполняют человека; ходьбу - участвуют в беседе; открытыми и вопросы по материалу урока с опорой на визуальный план (с использованием системы учителя; игровых, сенсорных поощрений).				сведения о	быстром темпе,
значении в развитии хлопками и т.д; двигательных способностей и физических полуприседе; качеств - выполняют человека; ходьбу и фериприседе; качеств - выполняют человека; ходьбу и шеренгой собеседе; открытыми и закрытыми и закрытыми и лазами; - отвечают на вопросы по материалу урока с опорой на визуальный план (с отвечают на визуальный план (с отвечают на использованием системы учителя; игровых, - участвуют в сенсорных соревновательн поощрений).				средствах лёгкой	со сменой
развитии двигательных способностей и физических полуприседе; начеств человека; участвуют в беседе; открытыми и закрытыми и глазами; - участвуют в беседе по теме визуальный план (с опорой на визуальный план (с отвечают на использованием системы учителя; игровых, сенсорных соревновательн поощрений).				атлетики, их	положений рук:
двигательных способностей и ходьбу в физических полуприседе; качеств - выполняют человека; ходьбу - участвуют в шеренгой с беседе; открытыми и вопросы по материалу урока с опорой на визуальный план (с отвечают на визуальный план (с отвечают на использованием системы учителя; игровых, сенсорных соревновательн поощрений).				значении в	вперёд, вверх, с
способностей и физических полуприседе; качеств - выполняют человека; ходьбу - участвуют в шеренгой с беседе; открытыми и - отвечают на закрытыми вопросы по глазами; материалу урока с опорой на беседе по теме визуальный план урока, (с отвечают на использованием вопросы системы учителя; игровых, - участвуют в сенсорных соревновательн поощрений).				развитии	хлопками и т.д;
физических полуприседе; качеств - выполняют человека; ходьбу - участвуют в беседе; открытыми и вопросы по материалу урока с опорой на визуальный план (с отвечают на визуальный план (с отвечают на использованием системы учителя; игровых, - участвуют в сенсорных соревновательн поощрений).				двигательных	- выполняют
физических полуприседе; качеств - выполняют человека; ходьбу - участвуют в беседе; открытыми и вопросы по материалу урока с опорой на визуальный план (с отвечают на визуальный план (с отвечают на использованием вопросы системы учителя; игровых, - участвуют в сенсорных соревновательн поощрений).				способностей и	ходьбу в
качеств - выполняют человека; ходьбу - участвуют в шеренгой с беседе; открытыми и закрытыми вопросы по материалу урока с опорой на визуальный план (с отвечают на визуальный план (с отвечают на использованием системы учителя; игровых, - участвуют в сенсорных соревновательн поощрений).				физических	-
человека; ходьбу - участвуют в шеренгой с беседе; открытыми и закрытыми вопросы по клазами; ответриалу урока с опорой на визуальный план урока, (с отвечают на использованием системы учителя; игровых, сенсорных соревновательн поощрений).				•	
- участвуют в шеренгой с беседе; открытыми и закрытыми вопросы по глазами; материалу урока - участвуют в с опорой на беседе по теме визуальный план урока, (с отвечают на использованием вопросы системы учителя; игровых, - участвуют в сенсорных соревновательн поощрений).					
беседе; открытыми и - отвечают на закрытыми вопросы по глазами; материалу урока - участвуют в с опорой на визуальный план (с отвечают на использованием вопросы системы учителя; игровых, - участвуют в сенсорных соревновательн поощрений).				•	-
- отвечают на вопросы по глазами; материалу урока с опорой на беседе по теме визуальный план урока, (с отвечают на использованием вопросы системы учителя; игровых, сенсорных соревновательн поощрений).				•	=
вопросы по глазами; материалу урока - участвуют в с опорой на беседе по теме визуальный план урока, (с отвечают на использованием вопросы системы учителя; игровых, - участвуют в сенсорных соревновательн поощрений).				•	=
материалу урока с опорой на беседе по теме визуальный план (с отвечают на использованием вопросы системы учителя; игровых, сенсорных соревновательн поощрений).					-
с опорой на беседе по теме визуальный план урока, (с отвечают на использованием вопросы системы учителя; игровых, - участвуют в сенсорных соревновательн поощрений). ой				-	
визуальный план урока, (с отвечают на использованием вопросы системы учителя; игровых, - участвуют в сенсорных соревновательн поощрений). ой					
(с отвечают на использованием вопросы системы учителя; игровых, - участвуют в сенсорных соревновательн поощрений). ой				_	
использованием вопросы системы учителя; игровых, - участвуют в сенсорных соревновательн поощрений). ой				•	
системы учителя; игровых, - участвуют в сенсорных соревновательн поощрений). ой				`	
игровых, - участвуют в сенсорных соревновательн поощрений). ой					=
сенсорных соревновательн поощрений). ой					•
поощрений). ой				=	
				_	•
HORESHI HOREN				поощрении).	
		-			деятельности.
	-	-		-	-
материал. перестроения, материал. перестроения,	_	перестроения,		-	перестроения,
Ходьба. строевые Ходьба. строевые	Ходьба.	строевые		Ходьба.	строевые
упражнения: упражнения:		упражнения:			
- построение в - построение в		- построение	В		- построение в

одну шеренгу одну шеренгу объемных около около разного объемных фигур фигур разного цвета; построение цвета; колонну; - построение в колонну; - обычная ходьба обычная умеренном темпе в колонне ходьба умеренном ПО одному В обход зала темпе за В учителем; колонне ПО - при выполнении одному в обход построений, зала перестроений, учителем; ходьбе при ориентировка выполнении В пространстве построений, спортивного зала перестроений, ходьбе С помошью ориентировка в зрительнопространственных пространстве опор (линии спортивного разметки на полу, зала c флажки конусы, помощью на стойке, фишки зрительнопространственн и др.); ходьба ПО ых опор (линии прямой линии; разметки ходьба за полу, конусы, учителем флажки R на стойке, фишки колонне ПО одному в обход и др.); зала (в умеренном ходьба прямой линии; темпе); - ходьба и бег за ходьба за учителем учителем В В колонне ПО колонне ПО одному в обход одному В заданном зала (B направлении; умеренном ходьба темпе); R - ходьба и бег различных направлениях; за учителем в ходьба колонне ПО носках, на пятках, одному на внутреннем и заданном внешнем направлении; своде ходьба стопы; В - ходьба парами различных направлениях; ПО кругу, взявшись за руки; ходьба на ходьба носках, на сохранением пятках, на правильной внутреннем И

стопы; сегом; с	1	
чередовании с бегом; - ходьба с изменением скорости; - ходьба на носках, на пятках; - ходьба перекатом с пятки на носок; - 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, голову; - ходьба в медленном, среднем и быстром темпе; - ходьба с выполнением упражнений для рук в чередовании с другими движениями; - ходьба з положений рук: в порожений муч с с другими движениями; - ходьба в полуприседе; - ходьба з полуприседе; - ходьба з полуприседе; - ходьба и подниманием бедра, в полуприседе; - ходьба и подниманием обедра, с ходьба в полуприседе; - ходьба з выполнением упражнений для рук в полуприседе; - ходьба в полуприседе; - ходьба и подниманием бедра, в полуприседе; - ходьба в быстром темпе с ходьба в полуприседе; - ходьба и быстром темпе с ходьба в полуприседе; - ходьба и быстром темпе с ходьба в полуприседе; - ходьба и быстром темпе с ходьба в полуприседе; - ходьба выполнением упражнений для рук чередовании с закрытыми и с закрытыми и с закрытыми и с закрытыми и с закрытыми для рук чередовании другими дрижениями;		внешнем своде
бегом; - ходьба с изменением скорости; - ходьба на носках, на пятках; - ходьба перекатом с пятки на носок; - 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; - ходьба в полуприседе; - ходьба приставным и с закрытыми глазами; - ходьба приставным движениями; - ходьба в полуприседе; - ходьба приставным и с закрытыми глазами; - ходьба приставным движениями; - ходьба в полуприседе; - ходьба шеренгой с открытыми глазами; - ходьба приставным движениями; - ходьба приставным и с закрытыми глазами; - ходьба приставным для рук чередовании другими движениями; - ходьба в полуприседе; - ходьба изрествений для рук чередовании гругими движениями; - ходьба выполнением упражнений для рук чередовании глазами; - ходьба приставным для рук чередовании другими движениями; - ходьба приставным для рук чередовании другими движениями;		
- ходьба с изменением скорости; - ходьба на носках, на пятках; - ходьба перекатом с пятки на носок; - 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 положением упражнений для рук в чередовании с другими движениями; - ходьба с выполнением направлений по ориентирам и командам учителя; - ходьба с перешагиванием через большие мячи с закрании с другими движениями; - ходьба в медленном, среднем и быстром темпе; - ходьба с выполнением упражнений для рук в чередовании с другими движениями; - ходьба з мейкой; - ходьба в полуприседе; - ходьба з медленном, среднем обыстром темпе; - ходьба с осменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т. д.; - ходьба з медленном, среднем обыстром темпе обыстром темпе; - ходьба в полуприседе; - ходьба в полуприседе; - ходьба изменением упражнений для рук обедра, - ходьба в полуприседе; - ходьба в полуприседе; - ходьба перенгой с открытыми и с закрытыми глазами; - ходьба приставным для рук чередовании другими движениями;	_	- ходьба
изменением скорости; - ходьба на носках, на пятках; - ходьба перекатом с пятки на носок; - ходьба с различным положением рук: на пояс, к плечам, перед грудыо, за голову; - ходьба с изменением направлений по оргентирам 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 и т. д.; - ходьба в полуприседе; - ходьба в полуприседе; - ходьба в полуприседе; - ходьба переизгивиним и с закрытыми глазами; - ходьба перецовании с туруние бедра, - ходьба в полуприседе; - ходьба в полуприседе; - ходьба перецовании и с закрытыми глазами; - ходьба поругими для рук: в неред выполнением упражнений упражнений упражнений упражнений упражнений упражнений упражнений упражнений для рук: положением упражнений для рук: положением упражнений для рук: положением упражнений для рук: положением упражнений для учителя; учителя; ориентирам командам учителя; - ходьба выполнением упражнений для рук: положений для рук чередовании для рук чередовании для рук чередовании другими движениями;	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	парами по
скорости; - ходьба на носках, на пятках; - ходьба перекатом с пятки на носок; - ходьба с нерадовании бегом; на пояс, к плечам, перед грудью, за голову; - ходьба с носках, п пятках; - ходьба с носках, п пятки на носог перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра, - ходьба в медленном, среднем и быстром темпе; - ходьба с выполнением учителя; - ходьба с перешагиванием через большие рук: на пояс, голову; - ходьба в медленном, среднем и быстром темпе; - ходьба с выполнением учителя; упражнений для рук в чередовании с другими движениями; - ходьба со сменой подниманием большие мячи высоким подниманием с другими движениями; - ходьба с выполнением учителя; упражнений для рук в подниманием большие мячи высоким подниманием большие мячи с двигомни перешагиванием учителя; упражнений для рук в подниманием большие мячи высоким подниманием большие мячи с двигомни и т. д.; - ходьба в быстром темпе с ходьба в быстром темпе с ткрытыми и т. д.; - ходьба шеренгой с открытыми и с закрытыми глазами; - ходьба друтими для рук чередовании друтими дрижениями;	- ходьба с	кругу,
- ходьба на носках, на пятках; сохранением правильной осанки; а кодьба перекатом с пятки на носок; - ходьба с чередовании бегом; - ходьба ноложением рук: на пояс, к плечам, перед грудью, за голову; - ходьба с носках, на пятках; направлений по ориентирам и командам учителя; - ходьба с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бегдра, - ходьба в медленном, среднем и быстром темпе; - ходьба с выполнением упражнений для рук в чередовании с другими движениями; - ходьба в полуприседе; - ходьба в полуприседе; - ходьба в полуприседе; - ходьба порутими движениями и с закрытыми глазами; - ходьба приставным движениями; - ходьба в полуприседе; - ходьба приставным движениями; - ходьба прутими движенением с закрытыми глазами; - ходьба прутими движенений для рук чередовании с закрытыми глазами; - ходьба прутими движениями; - ходьба прутими движениями; - ходьба в быстром темпе с закрытыми глазами; - ходьба прутими движений для рук чередовании друтими движениями; - ходьба прутими движениями;	изменением	взявшись за
носках, на пятках; - ходьба перекатом с пятки на носок; - ходьба с различным положением рук: на пояс, к плечам, перед грудью, за голову; - ходьба с 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; - ходьба со сменой положений рук: вперед, вверх, с хлодьба в полуприседе; - ходьба в полуприседе; - ходьба подниманием с открытыми и с закрытыми глазами; - ходьба приставным правлений подниманием обыстром темпе о	скорости;	руки;
правильной осанки; на носок; - ходьба с различным бегом; положением рук: на пояс, к плечам, перед грудью, за голову; - ходьба с носках, п пятках; 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; - ходьба со сменой положений рук: вперед, вверх, с ходьба в полуприседе; - ходьба в полуприседе; - ходьба в полуприседе; - ходьба шеренгой с открытыми и с закрытыми глазами; - ходьба приставным приставным приставным движениями; - ходьба приставным правлений подниманием обыстром темпе обыстром темпе обыстром темпе обыстром темпе обыстром подниманием обедра, подниманием обедра, объеменой подниманием обыстром темпе обыстром	- ходьба на	- ходьба с
перекатом с пятки на носок; - ходьба с чередовании бегом; - ходьба с чередовании бегом; на пояс, к плечам, перед грудью, за голову; - ходьба с носках, пятках; - ходьба с носках, пятки на носог изменением пятки на носог изменением положением 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; - ходьба с осменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т. д.; - ходьба в полуприседе; - ходьба перенгой с открытыми и с закрытыми глазами; - ходьба прититиям подниманием бедра, - ходьба в полуприседе; - ходьба в полуприседе; - ходьба прититиям и с закрытыми глазами; - ходьба прититиям и с закрытыми и с закрытыми глазами; - ходьба приставным движениями;	носках, на пятках;	сохранением
на носок; - ходьба с различным бегом; положением рук: на пояс, к плечам, перед грудью, за голову; - ходьба с изменением направлений по ориентирам и командам учителя; - ходьба с перещагиванием 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; - ходьба с с месной положений пониманием бедра, голову; - ходьба с выполнением учителя; - ходьба с командам учителя; - ходьба в пориентирам командам учителя; - ходьба с выполнением учителя; - ходьба с командам перешагивание медреной полиманием бедра, вперед, вверх, с хлопками и т. д.; - ходьба в быстром темпе образывном; - ходьба в быстром темпе образывным глазами; - ходьба пререгой с открытыми и с закрытыми глазами; - ходьба прутими движениями;	- ходьба	правильной
- 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 друтими движениями; - ходьба в полуприседе; - ходьба в полуприседе; - ходьба в приставным и т. д.; - ходьба в полуприседе; - ходьба в полуприседе; - ходьба приставным и с закрытыми глазами; - ходьба друтими движениями и с закрытыми глазами; - ходьба друтими движениями; - ходьба приставным движениями; - ходьба друтими движениями;	перекатом с пятки	осанки;
- 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 друтими движениями; - ходьба в полуприседе; - ходьба в полуприседе; - ходьба в приставным и т. д.; - ходьба в полуприседе; - ходьба в полуприседе; - ходьба приставным и с закрытыми глазами; - ходьба друтими движениями и с закрытыми глазами; - ходьба друтими движениями; - ходьба приставным движениями; - ходьба друтими движениями;	на носок;	- ходьба в
различным положением рук: на пояс, к плечам, перед грудью, за голову; - ходьба с носках, и пятках; 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; - ходьба в полуприседе; - ходьба в полуприседе; - ходьба в полуприседе полуприставным и с закрытыми глазами; - ходьба пругими движениями; - ходьба нолуприседе полуприставным и с закрытыми глазами; - ходьба пругими движениями; - ходьба нолуприседе полугими для рук и полуприседе полуприседе полугими для рук полуприседе полугими для рук температивний для рук полуприседе полуприседе полуприседе полутими для рук чередовании для рук чередовании другими для рук полутими для рук чередовании для рук чередовании другими движениями; - ходьба пругими движениями; чередовании другими движениями; - ходьба пругими движениями; чередовании другими движениями;	- ходьба с	
положением рук: на пояс, к плечам, перед грудью, за голову; - ходьба с носках, в нос		
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; - ходьба в перешагиванием через большие мячи с высоким плечам, пере грудью, голову; - ходьба в положений плечам, пере грудью, голову; - ходьба с прешагиванием и быстром темпе; - ходьба с выполнением упражнений для рук в чередовании с другими движениями; - ходьба со сменой подниманием большие мячи большие мячи движений и т. д.; - ходьба в полуприседе; - ходьба шеренгой с открытыми и с закрытыми глазами; - ходьба приставным для рук чередовании другими движениями;	*	· ·
перед грудью, за голову; - ходьба с носках, п носках, п носках, п носках, п пятках; - ходьба с перекатом пятки на носогом 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; - ходьба со сменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т. д.; - ходьба в полуприседе; - ходьба ш положений подниманием бедра, - ходьба в полуприседе; - ходьба в полуприседе; - ходьба ш положений для рук чередовании глазами; - ходьба ш положений для рук чередовании для рук чередовании для рук чередовании для рук чередовании другими движениями; - ходьба шеренгой с закрытыми и с закрытыми глазами; - ходьба приставным		
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 и т. д.; - ходьба в полуприседе; - ходьба в полуприседе; - ходьба перенгой с открытыми и с закрытыми глазами; - ходьба шзменением учителя; - ходьба перенгой с открытыми и с закрытыми глазами; - ходьба приставным движениями; - ходьба прук в нередовании и т. д.; - ходьба полуприседе; - ходьба полуприседе; - ходьба шеренгой с открытыми и с закрытыми для рук чередовании другими дрижений для рук чередовании другими движениями;		
- ходьба с изменением направлений по ориентирам и командам учителя; - ходьба различным положением 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 и т. д.; - ходьба в полуприседе; - ходьба шеренгой с открытыми и с закрытыми глазами; - ходьба приставным для рук чередовании с закрытыми и с закрытыми глазами; - ходьба приставным для рук чередовании движениями для рук чередовании другими для рук чередовании для рук чередовании другими движениями для рук чередовании другими движениями; - ходьба приставным для рук чередовании другими движениями; - ходьба приставным для рук чередовании другими движениями;		-
пятках; 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 и т. д.; - ходьба в полуприседе; - ходьба в полуприседе; - ходьба в полуприседе; - ходьба в полуприседе; - ходьба приставным для рук чередовании гольством темпе и быстром темпе и быстром темпе и большие мячи высоким подниманием бедра, подниманием бедра, подниманием бедра, и тольба и тольством темпе и большие мячи высоким подниманием бедра, подниманием бедра, и тольба и тольством темпе и т. д.; - ходьба в полуприседе; - ходьба и тольством и т. д.; - ходьба и	•	
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; - ходьба со сменой положений подниманием бедра, - ходьба с выполнением упражнений для рук в чередовании с другими движениями; - ходьба со сменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т. д.; - ходьба в полуприседе; - ходьба шеренгой с открытыми и с закрытыми глазами; - ходьба приставным практивным подругими движениями; - ходьба полуприседе;	· ·	
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; - ходьба со сменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т. д.; - ходьба в полуприседе; - ходьба в полуприседе; - ходьба шеренгой с открытыми глазами; - ходьба приставным приставным приставным практения другими дрижениями;		
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; - ходьба со сменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т. д.; - ходьба в полуприседе; - ходьба в полуприседе; - ходьба шеренгой с открытыми и с закрытыми глазами; - ходьба приставным	-	
учителя; - ходьба с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра, - ходьба в медленном, среднем и быстром темпе; - ходьба с выполнением учителя; ориентирам командам учителя; ориентирам с другими движениями; - ходьба со сменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т. д.; - ходьба в полуприседе; - ходьба шеренгой с открытыми глазами; - ходьба приставным другими для рук чередовании с дакрытыми глазами; - ходьба прук в чередовании для рук чередовании для рук чередовании для рук чередовании другими для рук чередовании другими движениями;		-
- 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 движений рук: вперед, вверх, с хлодьба з медленном, среднем годьба со сменой положений рук: вперед, вверх, с хлодьба змейкой; - ходьба в полуприседе; - ходьба шеренгой с открытыми и с закрытыми глазами; - ходьба приставным движениями; - ходьба прук чередовании для рук чередовании для рук чередовании другими для рук чередовании другими для рук чередовании другими движениями; - ходьба приставным движениями; чередовании другими движениями; - ходьба пругими движениями;		
перешагиванием через большие мячи с высоким плечам, пере плечам изменением изменениями; изменениями изменением изменениями изменением измене	• ·	
терез большие мячи с высоким плечам, перек грудью, голову; - ходьба в медленном, среднем и быстром темпе; - ходьба с выполнением упражнений для рук в чередовании с другими движений рук: вперед, вверх, с хлодьба в полуприседе; - ходьба шеренгой с открытыми и с закрытыми глазами; - ходьба приставным движениями; - ходьба перешений положений рук: вперед, вверх, с хлодьба в полуприседе; - ходьба в полуприседе; - ходьба шеренгой с открытыми и с закрытыми глазами; - ходьба приставным приставным приставным приставным приставным приставным приставным приставным приставным пругими движениями; пругими движениями; пругими движениями; пругими движениями;		-
мячи с высоким плечам, пере грудью, столову; - ходьба в голову; - ходьба в изменением направлений пориентирам командам учителя; - ходьба с командам учителя; - ходьба перешагивание с другими движениями; - ходьба со сменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т. д.; - ходьба в полуприседе; - ходьба в полуприседе; - ходьба перенгой с открытыми и с закрытыми глазами; - ходьба приставным плечам, пере прудью, столову; - ходьба в полуприседе; - ходьба перенгой с открытыми и с закрытыми глазами; - ходьба приставным плечам, пере прудью, столову; - ходьба приставным плечам, пере прудью, столову; - ходьба в полуприседе; - ходьба приставным плечам, пере прудью, столову; - ходьба приставным плечам, пере прудью, столову; - ходьба приставным плечам плечам, пере провеждениями; - ходьба приставным плечам, пере прудью, столову; - ходьба пругими движениями;	-	
подниманием бедра, - ходьба в изменением изменением направлений пориентирам командам учителя; - ходьба с выполнением упражнений для рук в чередовании с другими движениями; - ходьба со сменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т. д.; - ходьба в полуприседе; - ходьба в полуприседе; - ходьба шеренгой с открытыми и с закрытыми глазами; - ходьба приставным	через большие	рук: на пояс, к
бедра, - ходьба в изменением изменением направлений пориентирам командам учителя; - ходьба с выполнением упражнений для рук в чередовании с другими движениями; - ходьба со сменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т. д.; - ходьба в полуприседе; - ходьба шеренгой с открытыми и с закрытыми глазами; - ходьба приставным	мячи с высоким	плечам, перед
- ходьба в изменением изменением изменением изменением изменением направлений пориентирам командам учителя; - ходьба перешагивание с другими движениями; - ходьба со сменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т. д.; - ходьба змейкой; - ходьба в полуприседе; - ходьба шеренгой с открытыми и с закрытыми глазами; - ходьба приставным приставным подними и движениями; - ходьба приставным приставным подниманием подниманием быстром темпорациями и с закрытыми и с закрытыми и с закрытыми и с закрытыми для рук чередовании другими движениями;		грудью, за
медленном, среднем и быстром темпе; - ходьба с выполнением упражнений для рук в чередовании с другими движениями; - ходьба со сменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т. д.; - ходьба змейкой; - ходьба в полуприседе; - ходьба шеренгой с открытыми и с закрытыми глазами; - ходьба приставным и и маменением направлений пориставным и направлений пориставным и и направлений подниманием бедра, вверх, с хлопками и т. д.; - ходьба змейкой; - ходьба в полуприседе; - ходьба шеренгой с открытыми и с закрытыми и с закрытыми для рук чередовании другими движениями;	бедра,	голову;
среднем и быстром темпе; - ходьба с выполнением упражнений для рук в чередовании с другими движениями; - ходьба со сменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т. д.; - ходьба змейкой; - ходьба в полуприседе; - ходьба шеренгой с открытыми и с закрытыми глазами; - ходьба приставным	- ходьба в	- ходьба с
быстром темпе; - ходьба с выполнением упражнений для рук в чередовании с другими движениями; - ходьба со сменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т. д.; - ходьба змейкой; - ходьба в полуприседе; - ходьба шеренгой с открытыми и с закрытыми глазами; - ходьба приставным	медленном,	изменением
- ходьба с выполнением учителя; упражнений для рук в чередовании с другими движениями; большие мячи высоким подниманием бедра, вперед, вверх, с хлопками и т. д.; медленном, среднем быстром темпо с открытыми и с закрытыми глазами; ходьба приставным командам учителя; командам учителя; медешагивание м упражнений для рук чередовании другими движениями;	среднем и	направлений по
выполнением упражнений для рук в чередовании с другими движениями; большие мячи высоким подниманием бедра, вперед, вверх, с хлопками и т. д.; медленном, среднем быстром темпо с открытыми и с закрытыми глазами; ходьба приставным учителя; учителя; ме учителя; ме чередовании движениями;	быстром темпе;	ориентирам и
упражнений для рук в чередовании с другими движениями; большие мячи высоким подниманием бедра, вперед, вверх, с хлопками и т. д.; медленном, среднем быстром темпо с открытыми и с закрытыми и с закрытыми глазами; ходьба приставным	- ходьба с	командам
упражнений для рук в чередовании с другими м чере большие мячи высоким подниманием бедра, - ходьба терещагиванием бедра, - ходьба хлопками и т. д.; - ходьба змейкой; - ходьба в полуприседе; - ходьба шеренгой с открытыми и с закрытыми глазами; - ходьба приставным - ходьба движениями;	выполнением	учителя;
рук в чередовании с другими движениями; - ходьба со сменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т. д.; - ходьба в полуприседе; - ходьба шеренгой с открытыми и с закрытыми глазами; - ходьба приставным	упражнений для	
с другими движениями; - ходьба со сменой подниманием бедра, вперед, вверх, с хлопками и т. д.; - ходьба в полуприседе; - ходьба шеренгой с открытыми и с закрытыми глазами; - ходьба приставным м чере большие мячи высоким подниманием бедра, - ходьба медленном, среднем быстром темпо с открытыми и с упражнений для рук чередовании другими движениями;		
движениями; - ходьба со сменой подниманием положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т. д.; - ходьба змейкой; - ходьба в полуприседе; - ходьба шеренгой с открытыми и с закрытыми глазами; - ходьба приставным большие мячи высоким подниманием бедра, - ходьба медленном, среднем быстром темпо с темпо обыстром темпо с упражнений для рук чередовании для рук чередовании другими другими движениями;	1	
- ходьба со сменой подниманием положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т. д.; медленном, среднем быстром темпо - ходьба в полуприседе; - ходьба шеренгой с открытыми и с закрытыми глазами; - ходьба приставным высоким подниманием подниманием для рук чередовании другими движениями;	- •	большие мячи с
сменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т. д.; медленном, среднем быстром темпи с открытыми и с закрытыми глазами; тазами; ходьба приставным положений рук: медленном, среднем быстром темпи с открытыми и с дакрытыми и с дакрытыми для рук чередовании другими движениями;	•	
положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т. д.; медленном, среднем быстром темпо полуприседе; ходьба шеренгой с открытыми и с закрытыми глазами; ходьба приставным быстром темпо другими другими движениями;		
вперед, вверх, с хлопками и т. д.; - ходьба змейкой; - ходьба в быстром темпо с открытыми и с закрытыми глазами; - ходьба приставным		
хлопками и т. д.; - ходьба змейкой; - ходьба в быстром темпо - ходьба в полуприседе; - ходьба шеренгой с открытыми и с закрытыми глазами; - ходьба приставным медленном, среднем быстром темпо обыстром	1.0	_
- ходьба змейкой; - ходьба в быстром темпо - ходьба в голуприседе; - ходьба шеренгой выполнением упражнений закрытыми и с закрытыми для рук чередовании другими другими движениями;		
- ходьба в полуприседе; - ходьба выполнением с открытыми и с закрытыми глазами; - ходьба приставным быстром темпо с открытыми и с для рук чередовании другими движениями;	· ·	
полуприседе; - ходьба шеренгой с открытыми и с закрытыми глазами; - ходьба другими другими движениями;	· ·	
- ходьба шеренгой с открытыми и с закрытыми для рук глазами; - ходьба приставным движениями;	· ·	=
с открытыми и с упражнений для рук глазами; чередовании другими приставным движениями;		
закрытыми для рук глазами; чередовании - ходьба другими приставным движениями;	_	
глазами; чередовании - ходьба другими движениями;	-	
- ходьба другими движениями;	_	
приставным движениями;		-
*	- ходьба	другими
шагом - ходьба с	приставным	движениями;
	шагом	- ходьба со
		·

плечо вперед. Комплексы общеразвивающи х упражнений коррекционной направленности: - без предметов; - в движении; - в кругу; - с флажками; - с набивными мешочками; - со скакалкой; - в парах; - с кубиками.			1	
Комплексы общеразвивающи х упражнений коррекционной направленности: - без предметов; - в движении; - в кругу; - с флажками; - с набивными мешочками; - со скакалкой; - в парах; - с кубиками.		правое/левое		сменой
Комплексы общеразвивающи хлопками т. д.; х упражнений коррекционной направленности: - ходьба полуприседе; - в движении; - ходьба полуприседе; - в движении; - ходьба полуприседе; - в кругу; - с флажками; - с набивными мешочками; - с с какалкой; - ходьб приставным правое/левое плечо вперед. Комплексы общеразвиваю щих		плечо вперед.		положений рук:
общеразвивающи х упражнений скоррекционной направленности: - без предметов; - в движении; - в кругу; - с флажками; - с набивными мешочками; - со скакалкой; - в парах; - с кубиками.				вперед, вверх, с
х упражнений коррекционной направленности: - без предметов; - в движении; - в кругу; - с флажками; - с набивными мешочками; - с о скакалкой; - в парах; - с кубиками.				
коррекционной направленности: - без предметов; - в движении; - в кругу; - с флажками; - с набивными мешочками; - со скакалкой; - в парах; - с кубиками.		•		-
направленности:				- ходьба
- без предметов; - в движении; - в кругу; - с флажками; - с набивными мешочками; - со скакалкой; - в парах; - с кубиками. - с кубиками.		коррекционной		змейкой;
- в движении; - в кругу; - с флажками; - с набивными мешочками; - со скакалкой; - в парах; - с кубиками. - с кубиками. - ходьбор открытыми и закрытыми глазами; - ходьбор приставным праставным правое/левое плечо вперед. Комплексы общеразвиваю щих		-		- ходьба в
- в кругу; - с флажками; - с набивными мешочками; - со скакалкой; - в парах; - с кубиками. - с кубиками. - в кругу; - с набивными закрытыми глазами; - ходьб приставным правое/левое плечо вперед. Комплексы общеразвиваю щих		- без предметов;		полуприседе;
- с флажками; - с набивными мешочками; - со скакалкой; - в парах; - с кубиками.		- в движении;		- ходьба
- с набивными мешочками; глазами; глазами; - со скакалкой; - ходьб приставным шагом правое/левое плечо вперед. Комплексы общеразвиваю щих		- в кругу;		шеренгой с
мешочками; - со скакалкой; - в парах; - с кубиками. - общеразвиваю щих		- с флажками;		открытыми и с
мешочками; - со скакалкой; - в парах; - с кубиками. - общеразвиваю щих		- с набивными		закрытыми
- со скакалкой; - в парах; - с кубиками. - с кубиками. - ходьб приставным шагом правое/левое плечо вперед. Комплексы общеразвиваю щих		мешочками;		=
- в парах; - с кубиками. приставным шагом правое/левое плечо вперед. Комплексы общеразвиваю щих				- ходьба
- с кубиками. шагом правое/левое плечо вперед. Комплексы общеразвиваю щих		•		
правое/левое плечо вперед. Комплексы общеразвиваю щих		-		-
плечо вперед. Комплексы общеразвиваю щих		,		
Комплексы общеразвиваю щих				_
общеразвиваю щих				
щих				
				-
				упражнений
				коррекционной
				направленност
и:				=
				- без
предметов;				
- в движении;				_
- в кругу;				
- с флажками;				2 0 0
				- с набивными
мешочками;				
				- со скакалкой;
- в парах;				*
- с кубиками.				-
	Практический	- перебечии	- упержирают	- осваивают и
материал. группами и по правильное удерживают	-	-		
Бег. одному 15—20 м; положение тела правильный	-	- ·	_	* *
- медленный бег с во время бега (с захват	DCI.			-
сохранением помощью различных		* *	• ,	
		_		-
		•	1 -	-
				метания одной
		•	* *	, , ,
заданном учителя, руками;			•	
		-	-	- выполняют
		-	-	
темпе с выполнения удержание				
переходом на действий); различных		-	· ·	•
		-		-
- чередование медленный бег выполнения		- HENCHODAIIIA	мелленный бег	і выполнения
		бега и ходьбы на	за наиболее	метания после
- бег на носках; развитым показа учителя		бега и ходьбы на расстоянии;	за наиболее физически	метания после инструкции и

- бег на месте с обучающимся из бросают 2 высоким группы, ловят ориентируясь на волейбольные подниманием бедра; пример мячи ПО - бег с высоким (образец); прямому подниманием выполняют указанию подводящие, учителя; бедра И строевые захлестыванием выполняют общеразвивающ различные голени назад; бег c упражнения виды метания ПО показу преодолением малых простейших учителя и/или с больших мячей препятствий: опорой на после канавки, пример инструкции обучающихся из показа учителя; подлезание ПОЛ бросают обегание 2 группы; сетку, - выполняют бег стойки и т. д. набивной РКМ - медленный бег; на скорость по **(1кг)** сидя непрерывный прямому двумя руками бег среднем указанию из-за головы; темпе; учителя; метают - быстрый бег на - начинают бег с теннисный мяч скорость; высокого старта; с места одной чередование выполняют рукой в стену, бега и ходьбы по перебежки на дальность, в сигналу; группами и по цель по показу - бег с высокого одному 15-20 м; прямому старта; выполняют указанию бег различные виды учителя; бега: на носках, прямолинейный с удерживают параллельной высоким правильное постановкой стоп; подниманием положение тела - повторный бег бедра процессе В на скорость; захлёстыванием выполнения бег с низкого голени назад, с метания; преодолением старта; тониопия простейших специальные корригирующи препятствий, беговые И челночный бег; общеразвиваю упражнения: бег с подниманием - выполняют бег шие бедра, c с низкого старта; упражнения, выполняют участвуют захлестыванием прямолинейный коррекционных голени назад, семенящий бег; бег играх (в паре, - челночный бег. параллельной группе). постановкой Подвижные игры коррекционной стоп; направленности: участвуют беседе по теме «Найди своё место» (в шеренге урока, отвечают и колонне); вопросы на «Весёлые учителя c ракеты»; опорой на «Передача нагляднообручей демонстрационн 24

кругу»; ые материалы; - участвуют в соревновательно й деятельности по возможности (участвуют в эстафете); - выполняют корригирующие и общеразвивающ ие упражнения на доступном уровне, участвуют в коррекционных играх (в паре, группе). Практический материал. ногах на месте; прыжки после просматрива ногах на месте; прыжки после просматрива ногах с продвижением вперед, назад, (при (презентации (
Соревновательно й деятельности по возможности (участвуют в эстафете); - выполняют корригирующие и общеразвивающ ие упражнения на доступном уровне, участвуют в коррекционных играх (в паре, группе). Практический материал. ногах на месте; прыжки после прыжки на двух ногах с продвижением показа учителя ные материаци.	
й деятельности по возможности (участвуют в эстафете);	
По возможности (участвуют в эстафете); - выполняют корригирующие и общеразвивающ ие упражнения на доступном уровне, участвуют в коррекционных играх (в паре, группе). Практический ногах ногах на месте; прыжки после просматрива на двух ногах с продвижением показа учителя ные материа.	
По возможности (участвуют в эстафете); - выполняют корригирующие и общеразвивающ ие упражнения на доступном уровне, участвуют в коррекционных играх (в паре, группе). Практический ногах ногах на месте; прыжки после просматрива на двух ногах с продвижением показа учителя ные материа.	
(участвуют в эстафете); - выполняют корригирующие и общеразвивающ ие упражнения на доступном уровне, участвуют в коррекционных играх (в паре, группе). Практический	
эстафете); - выполняют корригирующие и общеразвивающ ие упражнения на доступном уровне, участвуют в коррекционных играх (в паре, группе). Практический ногах на месте; Прыжки прыжки на двух ногах на месте; прыжки после просматрива инструкции и нагляднонах с продвижением показа учителя ные материа.	
- выполняют корригирующие и общеразвивающ ие упражнения на доступном уровне, участвуют в коррекционных играх (в паре, группе). Практический - прыжки на двух играх (в паре, группе). Прыжки - прыжки на двух ногах на месте; прыжки после просматрива наглядноногах с неоднократного демонстраци продвижением показа учителя ные материя	
корригирующие и общеразвивающ ие упражнения на доступном уровне, участвуют в коррекционных играх (в паре, группе). Практический - прыжки на двух ногах на месте; прыжки после просматрива инструкции и наглядноногах с неоднократного демонстраци продвижением показа учителя ные материя	
и общеразвивающ ие упражнения на доступном уровне, участвуют в коррекционных играх (в паре, группе). Практический - прыжки на двух ногах на месте; прыжки после просматрива ногах на месте; прыжки после просматрива ногах с неоднократного демонстраци продвижением показа учителя ные материа	
общеразвивающ ие упражнения на доступном уровне, участвуют в коррекционных играх (в паре, группе). Практический ногах на месте; прыжки после просматрива ногах на двух инструкции и наглядноногах с продвижением показа учителя ные материа	
ие упражнения на доступном уровне, участвуют в коррекционных играх (в паре, группе). Практический ногах на месте; прыжки после просматрива инструкции и наглядноногах с неоднократного демонстраци продвижением показа учителя ные материа	
на доступном уровне, участвуют в коррекционных играх (в паре, группе). Практический - прыжки на двух ногах на месте; прыжки после просматрива ногах на двух ногах инструкции и наглядноногах с неоднократного демонстраци продвижением показа учителя ные материа	
на доступном уровне, участвуют в коррекционных играх (в паре, группе). Практический - прыжки на двух - выполняют - просматрива ногах на месте; прыжки после просматрива ногах с неоднократного демонстраци продвижением показа учителя ные материа	
уровне, участвуют в коррекционных играх (в паре, группе). Практический - прыжки на двух - выполняют - прыжки после просматрива ногах на месте; прыжки после просматрива ногах с неоднократного демонстраци продвижением показа учителя ные материа	
участвуют в коррекционных играх (в паре, группе). Практический - прыжки на двух - выполняют - прыжки после просматрива прыжки прыжки на двух инструкции и наглядноногах с неоднократного демонстраци продвижением показа учителя ные материа	
Коррекционных играх (в паре, группе). Практический - прыжки на двух - выполняют - прыжки после просматрива ногах на месте; прыжки после просматрива инструкции и наглядноногах с неоднократного демонстраци продвижением показа учителя ные материа	
играх (в паре, группе). Практический - прыжки на двух - выполняют - просматрива ногах на месте; прыжки после просматрива ногах с неоднократного демонстраци продвижением показа учителя ные материа	
Практический - прыжки на двух - выполняют - материал. Ногах на месте; прыжки после просматрива прыжки прыжки на двух инструкции и наглядноногах с неоднократного демонстраци продвижением показа учителя ные материа	
Практический - прыжки на двух - выполняют - просматрива прыжки прыжки после просматрива прыжки прыжки на двух инструкции и наглядноногах с неоднократного демонстраци продвижением показа учителя ные материа	
материал. Прыжки. Ногах на месте; прыжки после просматрива инструкции и наглядноногах с неоднократного демонстраци продвижением показа учителя ные материа	
Прыжки прыжки на двух инструкции и наглядно- ногах с неоднократного демонстраци продвижением показа учителя ные материа	
Прыжки прыжки на двух инструкции и наглядно- ногах с неоднократного демонстраци продвижением показа учителя ные материа	ОТ
ногах с неоднократного демонстраци продвижением показа учителя ные материа	
продвижением показа учителя ные материа	ЭН
- перепрыгивание пошаговая ы, плакаты	
	еме
начерченную учителя, «Лыжная	
линию, шнур, пооперационный подготовка»	
набивной мяч; контроль (лыжный	
- подпрыгивание выполнения инвентарь,	
вверх на месте; действий); виды подъе	ЛОВ
- подпрыгивание - удерживают и спусков	И
	11
вверх с захватом правильное др.);	
висящего положение тела -	
предмета (мяча); в процессе рассматрива	
- подпрыгивание выполнения одежду и об	ВЬ
вверх с касанием прыжков (под лыжника,	
висящего контролем лыжный	
предмета (мяча); учителя); инвентарь;	
- прыжки в длину - прыгают на - называют	И
с места; двух ногах на показывают	
1	
одной ноге на продвижением инвентарь	** ~
месте; вперёд, назад, самостоятел	но
- прыжки на вправо, влево; ;	
одной ноге с - перепрыгивают - слуш	ЮТ
продвижением через правила	
вперед, в начерченную поведения	на
стороны; линию, шнур; уроках лыж	ой
- прыжки с - перепрыгивают подготовки,	
высоты с мягким с ноги на ногу на информации	0
	U
- прыжки в длину - подпрыгивают и травм и высоту с шага; вверх на месте с обморожения	ни
и высоту с шага; вверх на месте с обморожени	ни и

			<u>-</u>
	- 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»; - прыжки на двух ногах из обруча в обруч; - прыжки с ноги на ногу на заданное расстояние; - прыжки через предметы толчком двумя ногами; - запрыгивание на устойчивые низкие предметы; - спрыгивание с низких устойчивых предметов. Подвижные игры коррекционной направление сти	- прыгают в длину с места; - прыгают на одной ноге на месте, с продвижением вперёд, в стороны; - прыгают с высоты с мягким приземлением; - прыгают в длину и в высоту с шага; - прыгают с небольшого разбега в длину; - прыгают в высоту с прямого разбега способом «согнув ноги», «перешагивание »; - выполняют различные виды прыжков по программе меньшее количество раз; - выполняют корригирующие и	опорой на наглядность (презентации, картинки, карточки); - слушают объяснение теоретического материала учителем с опорой на наглядность (картинки, карточки); - участвуют в беседе по теме, отвечают на вопросы учителя.
	низких устойчивых предметов. Подвижные игры	меньшее количество раз; - выполняют корригирующие	
Практический материал. Метание	- правильный захват различных предметов для выполнения метания одной и двумя руками; - прием и передача мяча, флажков, палок в	Практический материал. Метание	- правильный захват различных предметов для выполнения метания одной и двумя руками; - прием ₂₆ и

шеренге;	
- прием и	
передача мяча,	
флажков, палок	
по кругу;	
- прием и	
передача мяча,	
флажков, палок в	
колонне;	
- произвольное	
метание малых и	
больших мячей в	
игре;	
- броски и ловля	
волейбольных	
мячей;	
- метание колец	
на шесты;	
- метание с места:	
выполнение	
захвата, движений	
руками и	
туловищем;	
 метание набивного 	
мешочка снизу	
ведущей рукой;	
- метание	
набивного	
мешочка сверху	
ведущей рукой;	
 метание набивного 	
мешочка сверху	
правой и левой	
рукой;	
- метание с места	
в горизонтальную	
цель;	
- метание	
набивного	
мешочка снизу	
правой и левой	
рукой в	
горизонтальную	
цель;	
- метание с места	
малого мяча в	
стенку правой и	
левой рукой;	
- метание с места	
в вертикальную	
цель: выполнение	
захвата мяча,	
движения руки,	

передача мяча, флажков, палок в шеренге; прием И передача мяча, флажков, палок по кругу; прием передача мяча, флажков, палок в колонне; - произвольное метание малых больших мячей в игре; броски ловля волейбольных мячей; - метание колец на шесты; метание c места: выполнение захвата, движений руками И туловищем; метание набивного мешочка снизу ведущей рукой; метание набивного мешочка сверху ведущей рукой; метание набивного мешочка сверху правой и левой рукой; метание c места горизонтальну ю цель; метание набивного мешочка снизу правой и левой рукой горизонтальну ю цель; метание \mathbf{c} малого места

туловища при мяча в стенку правой и левой метании; метание рукой; большого мяча метание c двумя руками изместа В за головы и снизу вертикальную с места в стену; цель: броски выполнение набивного мяча (1 захвата мяча. кг) сидя двумя движения руки, из-за туловища при руками головы; метании: метание метание большого мяча теннисного мяча с одной ДВУМЯ места руками рукой в стену и на из-за головы и дальность; снизу с места в - метание мяча с стену; места в цель; броски набивного мяча - метание мячей с места В цель (1 кг) сидя левой и правой двумя руками из-за головы: руками; метание метание теннисного мяча теннисного мяча с места на дальность одной рукой в отскока OT баскетбольного стену И на щита; дальность; метание - метание мяча теннисного мяча с места в цель; на дальность метание мячей с места в места; броски цель левой и набивного мяча правой руками; кг) (Bec ДО метание различными теннисного способами двумя мяча на руками; дальность - метание мяча из отскока OTбаскетбольного исходного положения стоя щита; двумя руками. метание Коррекционные теннисного игры: мяча на «Повтори дальность cдвижение»; места; «Овощиброски набивного мяча фрукты»; (вес до 1 кг) - гимнастика для различными пальцев и др. способами двумя руками; - метание мяча исходного

	T	T		
				положения стоя
				двумя руками.
				Коррекционные
				игры:
				- «Повтори
				движение»;
				- «Овощи-
				фрукты»;
				- гимнастика
				для пальцев и
				др.
Лыжная и	Теоретические	- элементарные	- просматривают	-
конькобежная	сведения.	понятия о ходьбе	наглядно-	просматривают
подготовка	Лыжная	и передвижении	демонстрационн	наглядно-
	подготовка.	на лыжах;	ые материалы	демонстрацион
		- одежда и обувь	(презентации,	ные материалы
		лыжника;	видеоматериалы,	(презентации,
		- подготовка к	плакаты и пр.)	видеоматериал
		занятиям на	по теме	ы, плакаты и
		лыжах;	«Лыжная	пр.) по теме
		- правила	подготовка»	«Конькобежная
		поведения на	(лыжный	подготовка»;
		уроках лыжной	инвентарь, виды	-
		подготовки;	подъемов и	рассматривают
		- лыжный	спусков и др.);	одежду и обувь
		инвентарь;	- рассматривают	конькобежца;
		- выбор лыж и	одежду и обувь	-
		палок;	лыжника,	рассматривают
		- одежда и обувь	лыжный	основные части
		лыжника;	инвентарь;	конька;
		- правила	- слушают	-
			правила	самостоятельно
		уроках лыжной	поведения на	показывают и
		подготовки;	уроках лыжной	
		- правильное	подготовки,	одежду и обувь
		техническое	информацию о	конькобежца,
		выполнение	предупреждении	основные части
		попеременного	травм и	конька;
		двухшажного	обморожений с	- слушают
		хода;	опорой на	правила
		- виды подъемов и	наглядность	поведения на
		спусков;	(презентации,	уроках
		- предупреждение	картинки,	конькобежной
		травм и	карточки);	подготовки,
		обморожений;	- слушают	информацию о
		- развитие	объяснение	предупреждени
		двигательных	теоретического	и травм и
		способностей,	материала	обморожений
		физических	учителем с	при занятиях на
		качеств	опорой на	коньках с
		посредством	наглядность	опорой на
		лыжной	(картинки,	наглядность
		подготовки.	карточки);	(презентации,
			- участвуют в	картинки,
			беседе по теме,	карточки); ₂₉

Γ	Т	<u></u>	
		отвечают на	- слушают
		вопросы учителя	объяснение
		с опорой на	теоретического
		визуальный план	материала
		(c	учителем с
		использованием	опорой на
		системы	наглядность
		игровых,	(картинки,
		сенсорных	карточки);
		поощрений);	- участвуют в
		- получают	беседе по теме,
		элементарные	отвечают на
		сведения о видах	
			вопросы
		подъемов и	учителя;
		спусков, о	- получают
		технике	сведения о
		выполнения	технике
		попеременного	выполнения
		двухшажного	упражнений на
		хода.	льду
			(скольжение,
			торможение,
			повороты).
 Теоретические	- одежда и обувь	- просматривают	-
сведения.	конькобежца;	наглядно-	просматривают
Конькобежная	- подготовка к	демонстрационн	наглядно-
подготовка.	занятиям на	ые материалы	демонстрацион
	коньках;	(презентации,	ные материалы
	- правила	видеоматериалы,	(презентации,
	поведения на	плакаты и пр.)	видеоматериал
	уроках;	по теме	ы, плакаты и
	- основные части		пр.);
	конька;	подготовка»;	- слушают
	- предупреждение	- рассматривают	теоретический
	травм и	одежду и обувь	материал по
	обморожений при	конькобежца;	правилам игр и
	занятиях на	- рассматривают,	поведения во
	коньках.	показывают и	время игр с
		называют с	опорой на
		ПОМОЩЬЮ	наглядность
		учителя	(картинки,
		основные части	карточки);
		конька;	- участвуют в
		- слушают	беседе по теме,
		правила	отвечают на
		поведения на	вопросы
		уроках	учителя с
		конькобежной	опорой на
		подготовки,	визуальный
		информацию о	план
		предупреждении	(самостоятельн
		травм и	o);
		обморожений	- рассказывают
		при занятиях на	правила игр
		коньках с	самостоятельно
		ı	30

Г			<u> </u>
		опорой на наглядность (презентации, картинки, карточки); - слушают объяснение теоретического материала учителем с опорой на наглядность (картинки, карточки); - участвуют в беседе по теме, отвечают на вопросы учителя с опорой на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорных поощрений); - получают элементарные сведения о технике выполнения упражнений на льду (скольжение, торможение, повороты).	; - получают элементарные сведения о технико- тактических взаимодействия х (выбор места, взаимодействие с партнёром); - получают элементарные сведения по овладению игровыми умениями (ловля мяча, передача, броски, удары по мячу).
Практический материал. Лыжная подготовка.	Выполнение строевых команд. Передвижение на лыжах.	- выполняют строевые команды по сигналу учителя; - готовятся к занятию, выбирают лыжи и палки с помощью учителя	- выполняют упражнения в зале по инструкции и по показу учителя; - снимают и одевают ботинки самостоятельно
Практический материал. Конькобежная подготовка.	Упражнение в зале: - снимание и одевание ботинок; - приседания; - удержание равновесия;	- выполняют упражнения в зале по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ	- выполняют упражнения в зале по инструкции и по показу учителя; - снимаю т и

		1	<u> </u>	
		- имитация	отдельных	одевают коньки
		правильного	действий и	самостоятельно
		падения на	операций в	- приседания;
		коньках;	последовательно	- удержание
		- перенос тяжести	сти их	равновесия;
		с одной ноги на	выполнения,	- имитация
		другую.	пооперационный	правильного
		Упражнения на	(пошаговый)	падения на
		льду:	контроль	коньках;
		- скольжение,	учителя:	- перенос
		- торможение,	- снимание и	тяжести с
		- повороты.	одевание	одной ноги на
		1	коньков;	другую.
			- приседания;	7177
			- удержание	
			равновесия;	
			- имитация	
			правильного	
			падения на	
			коньках;	
			- перенос	
			тяжести с одной	
			ноги на другую.	
			- выполняют	
			упражнения на	
			льду (по	
			возможности)	
			после	
			инструкции,	
			неоднократного	
			показа учителя,	
			под контролем и	
			с помощью	
			учителя:	
			- скольжение,	
			- торможение,	
			- повороты.	
			1	
Игры	Теоретические	- элементарные	- просматривают	- участвуют в
I	сведения.	сведения о	наглядно-	различных
		правилах игр;	демонстрационн	видах игр
		- элементарные	ые материалы	после
		сведения о	(презентации,	инструкции и
		поведении во	видеоматериалы,	показа учителя;
			плакаты и пр.);	- осваивают и
		время игр;	- /	
		- правила игр;	·	используют
		- элементарные	_	элементарные
		игровые технико-	материал по	игровые
		тактические	правилам игр и	технико-
		взаимодействия	поведения во	тактические
		(выбор места,	время игр с	взаимодействия
		взаимодействие с	опорой на	(выбор места,
		партнером,	наглядность	взаимодействие
		командой и	(картинки,	с партнером,
1		соперником).	карточки);	командой ₃₂ и

	Dray (02		207291:
	Элементарные	- участвуют в	соперником);
	сведения по	беседе по теме,	- осваивают и
	овладению	отвечают на	используют
	игровыми	вопросы учителя	игровые
	умениями (ловля	с опорой на	умения (ловля
	мяча, передача,	визуальный план	мяча, передача,
	броски, удары по	(c	броски, удары
	мячу).	использованием	по мячу);
		системы	- выполняют
		игровых,	упражнения с
		сенсорных	мячом после
		поощрений);	инструкции и
		- рассказывают	показа учителя.
		правила игр с	
		помощью	
		учителя, с	
		опорой на	
		наглядный	
		материал;	
		- получают	
		элементарные	
		-	
		сведения о	
		технико-	
		тактических	
		взаимодействиях	
		(выбор места,	
		взаимодействие	
		с партнёром);	
		- получают	
		элементарные	
		сведения по	
		овладению	
		игровыми	
		умениями (ловля	
		мяча, передача,	
		броски, удары	
		по мячу).	
Практический	Игры с	Практический	Игры с
материал.	элементами	материал.	элементами
Подвижные игры.	общеразвивающи	Подвижные	общеразвиваю
	х упражнений:	игры.	щих
	игры с бегом;	_	упражнений:
	прыжками;		игры с бегом;
	лазанием;		прыжками;
	метанием и		лазанием;
	ловлей мяча;		метанием и
	построениями и		ловлей мяча (в
	перестроениями;		том числе
	бросанием,		пионербол в IV-
	ловлей, метанием.		м классе);
	ловлен, метанисм.		,
	Подочения		построениями
	Подвижные игры		И
	коррекционной		перестроениям
	направленности:		и; бросанием,
	- «Паровозик»;		ловлей,

- «Задуй свечу»; «Перебежки в парах»; - «Части тела»; - «Что пропало?»; «Зайчикипальчики»: «Заяц, коза. гребешок, замок»; - «Гуси-лебеди»; - «У медведя во бору»; коррекционная игра формирования способности вести совместные действия партнером; - игра на развитие точности движений; - упражнения на развитие координационных способностей; - упражнения на развитие скоростносиловых способностей ног; развитие скоростных координационных способностей: дифференцирован ие пространственных силовых параметров движения; - коррекционные игры для активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти; - упражнения на релаксацию; дыхательные упражнения игровой форме «Часы», «Весёлый

метанием.

Подвижные игры коррекционной направленност и: - «Паровозик»;

- «Задуй свечу»; - «Перебежки в
- парах»; - «Части тела»;
- «Что пропало?»;
- «Зайчикипальчики»:
- «Заяц, коза, гребешок, замок»;
- «Гусилебеди»; - «У медведя во
- бору»;
- коррекционная игра ДЛЯ формирования способности вести совместные действия c партнером;
- игра на развитие точности движений;
- упражнения развитие на координационн ЫΧ способностей;
- упражнения развитие на
- скоростносиловых способностей
- ног:

ание

развитие скоростных координационн ЫХ способностей: дифференциров

2/

петушок»; дыхательные упражнения «Воздушный шар», «Окнодверь». Подвижные игры: - «Ловишки»; - «Волк во рву»; «Охотники и зайцы»: - «Перестрелка»; - «С кочки на кочку»; «Филин и пташки»: - «Платочек»; - «Бой петухов»; «Ловишкихвостики». Упражнения мячом («Школа мяча»): - броски мяча об пол; - броски мяча об пол и ловля двумя руками; подбрасывание мяча вверх ловля двумя руками; подбрасывание вверх мяча хлопком; броски мяча снизу двумя руками о стену; - перебрасывание мяча снизу парах; - броски мяча от груди двумя руками в парах; - броски мяча от головы двумя руками с отскока от пола в парах; - броски мяча о стену снизу двумя руками; - броски мяча о стену снизу двумя руками в цель;

пространственн ых и силовых параметров движения; коррекционные игры ДЛЯ активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти; упражнения на релаксацию; - дыхательные упражнения игровой форме «Часы», «Весёлый петушок»; - дыхательные упражнения «Воздушный шар», «Окнодверь». Подвижные игры: - «Ловишки»; «Волк во рву»; - «Охотники и зайцы»; «Перестрелка»; - «С кочки на кочку»; «Филин И пташки»; - «Платочек»; «Бой петухов»; «Ловишкихвостики». Упражнения с мячом («Школа мяча»): - броски мяча об пол; - броски мяча об пол и ловля двумя руками; подбрасывание

- броски мяча о
стену снизу двумя
руками в
сочетании с
движениями рук
(хлопки в ладоши
и т.п.);
- удары мяча об
пол правой рукой
несколько раз
подряд, затем
левой рукой;
- удары мяча об
пол правой, левой
рукой поочередно
на месте;
- удары мяча об
пол правой, левой
рукой поочередно
в движении;
- удары мяча об
пол одновременно
обеими руками в
движении
приставным
шагом
влево/вправо;
- удары мяча об
пол одновременно
обеими руками в
сочетании с
движением
вперед;
- подбрасывание
мяча вверх и
ловля двумя
руками;
- подбрасывание
мяча вверх и
ловля двумя
руками в
сочетании с
шагом
вправо/влево;
- подбрасывание
мяча вверх и
ловля двумя
руками в
сочетании с
шагом вперед;
- подбрасывание
мяча вверх и
ловля двумя
руками в
сочетании с

мяча вверх и двумя ловля руками; подбрасывание мяча вверх с хлопком; - броски мяча снизу двумя руками о стену; перебрасывани е мяча снизу в парах; - броски мяча от груди двумя руками в парах; - броски мяча OT головы двумя руками с отскока от пола в парах; - броски мяча о стену снизу двумя руками; - броски мяча о стену снизу двумя руками в цель; - броски мяча о стену снизу двумя руками в сочетании движениями рук (хлопки в ладоши и т.п.); - удары мяча об ПОЛ правой рукой несколько раз подряд, затем левой рукой; - удары мяча об ПОЛ правой, левой рукой поочередно на месте; - удары мяча об пол правой, левой рукой поочередно движении; - удары мяча об ПОЛ одновременно

Г	1	T	
	движением веред,		обеими руками
	вправо, влево;		в движении
	- пас ведущей		приставным
	ногой в воротики;		шагом
	- пас ведущей		влево/вправо;
	ногой в парах;		- удары мяча об
	- пас правой,		пол
	левой ногой в		одновременно
	воротики;		обеими руками
	- пас правой,		в сочетании с
	левой ногой в		движением
	парах.		вперед;
	in part		- -
			подбрасывание
			мяча вверх и
			•
			руками;
			-
			подбрасывание
			мяча вверх и
			ловля двумя
			руками в
			сочетании с
			шагом
			вправо/влево;
			-
			подбрасывание
			мяча вверх и
			ловля двумя
			руками в
			сочетании с
			шагом вперед;
			-
			подбрасывание
			мяча вверх и
			ловля двумя
			руками в
			сочетании с
			движением
			веред, вправо,
			-
			влево;
			- пас ведущей
			ногой в
			воротики;
			- пас ведущей
			ногой в парах;
			- пас правой,
			левой ногой в
			воротики;
			- пас правой,
			левой ногой в
			парах.

№	Разделы и темы	Год обучения				
		I¹	I	П	Ш	IV
		Кол	ичество	о часов	(урокої	в)
1.	Знания о физической культуре.	ре. В процессе обучения				
2.	Гимнастика.	32	32	34	34	33
3.	Легкая атлетика.	40	40	32	32	34
4.	Лыжная подготовка/конькобежная подготовка.	-	-	16	16	-
5.	Плавание.	-	-	-	-	15
6.	Игры.	27	27	20	20	20
Всего:			99	102	102	102
Итог	о: 504 часа					

2.2. Связь учебного предмета «Адаптивная физическая культура» с базовыми учебными действиями

Личностные результаты освоения программы по адаптивной физической культуре включают индивидуально-личностные качества и социальные (жизненные) компетенции обучающегося, социально значимые ценностные установки.

К личностным результатам освоения программы по адаптивной физической культуре относятся:

- осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину, гордости за спортивные достижения Российских спортсменов на международных соревнованиях и олимпиадах, в том числе на параолимпийских играх и специальной Олимпиаде;
- сформированность адекватных представлений о собственных физических возможностях, о здоровом образе жизни;
- овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни, по уходу за собой и гигиене тела, навыки безопасного поведения при выполнении физических упражнений (утренней гимнастики), гигиенические навыки при занятиях спортом;
- владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия, в том числе в процессе участия в командных и подвижных играх, занятиях спортом;
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей (разделение радости общего командного результата в спортивном соревновании или игре) и социальных ролей, в том числе ролей, принимаемых с учётом тактических задач спортивной игры;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов к обучению способам выполнения различных видов упражнений, спортивным играм на занятиях адаптивной физической культурой;
- сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, в том числе в процессе командных игр, парной и групповой работы на занятиях адаптивной физической культурой;
- воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств, в том числе восхищения спортивными достижениями людей в различных видах спорта;
- развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоциональнонравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей: разделение радости достижения общекомандного резу3л8ьтата,

- проявление эмпатии и взаимопомощи к сверстникам в командных спортивных играх, в соревновательной деятельности, на занятиях адаптивной физической культурой;
- сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к занятиям физической культурой, физическому развитию, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- проявление готовности к самостоятельным занятиям физкультурой и спортом, выполнению утренней гимнастики.

Коммуникативные учебные действия:

- умеет вступать в контакт и работать в коллективе (учитель ученик, ученик ученик, ученик класс);
- использует принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
- умеет обращаться за помощью и принимать помощь;
- слушает и понимает инструкцию к учебномузаданию в разных видах;
- сотрудничает со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- умеетдоброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми;
- умеет договариваться и изменять свое поведение с учетом поведения других участников спорной ситуации.

Регулятивные учебные действия:

- демонстрирует умение входить и выходить из учебного помещения со звонком;
- умеет ориентироваться в пространстве физкультурного зала, на спортивной площадке;
- умеет пользоваться и работать со спортивным инвентарём;
- принимает цели и произвольно включается вдеятельность, следует предложенному плану и работает в общем темпе;
- демонстрирует способность активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;
- умеет соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимает оценку деятельности, оценивает ее.

Познавательные учебные действия:

• умеет пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями, схемами.

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

3.1. В структуре планируемых результатов ведущее место принадлежит *пичностным* результатам. Личностные результаты освоения программы включают овладение обучающимися жизненными и социальными компетенциями, необходимыми для решения практико-ориентированных задач и обеспечивающими становление социальных отношений обучающихся в различных средах.

На уроках адаптивной физической культуры в 3 классе формируются следующие личностные результаты:

- осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину, гордости за спортивные достижения Российских спортсменов на международных соревнованиях и олимпиадах, в том числе на параолимпийских играх и специальной Олимпиаде;
- сформированность адекватных представлений о собственных физических возможностях, о здоровом образе жизни;
- овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни, по уходу за собой и гигиене тела, навыки безопасного поведения при выполнении физических упражнений (утренней гимнастики), гигиенические навыки при занятиях спортом;

- владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия, в том числе в процессе участия в командных и подвижных играх, занятиях спортом;
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей (разделение радости общего командного результата в спортивном соревновании или игре) и социальных ролей, в том числе ролей, принимаемых с учётом тактических задач спортивной игры;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов к обучению способам выполнения различных видов упражнений, спортивным играм на занятиях адаптивной физической культурой;
- сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, в том числе в процессе командных игр, парной и групповой работы на занятиях адаптивной физической культурой;
- воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств, в том числе восхищения спортивными достижениями людей в различных видах спорта;
- развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоциональнонравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей: разделение радости достижения общекомандного результата, проявление эмпатии и взаимопомощи к сверстникам в командных спортивных играх, в соревновательной деятельности, на занятиях адаптивной физической культурой;
- сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к занятиям физической культурой, физическому развитию, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- проявление готовности к самостоятельным занятиям физкультурой и спортом, выполнению утренней гимнастики.
- **3.2. Предметные результаты** характеризуют достижения обучающихся в усвоении знаний и умений, способность их применять в практической деятельности.

Основные требования к умениям обучающихся 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 личными 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 инвентарем и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурноспортивных 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 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 помощь 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 физкультурноспортивных мероприятиях.

3.3. Виды деятельности обучающихся, направленные на достижение планируемых результатов

Для более качественного освоения предметного содержания и достижения планируемых результатов уроки адаптивной физической культуры можно подразделять на три типа:

- образовательно-познавательной;
- образовательно-предметной;
- образовательно-тренировочной направленностью.

На уроках с образовательно-познавательной направленностью учащихся знакомят со способами и правилами организации самостоятельных занятий, обучают навыкам и умениям по организации и проведению самостоятельных занятий с использованием ранее изученного материала. При освоении знаний и способов деятельности целесообразно использовать учебники по физической культуре, особенно те их разделы, которые касаются особенностей выполнения самостоятельных заданий или самостоятельного закрепления разучиваемых физических упражнений.

Уроки с образовательно-предметной направленностью используются в основном для обучения практическому материалу разделов гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр. На этих уроках учащиеся также осваивают новые знания, но только те, которые касаются предмета обучения (например, название упражнений или описание техники их выполнения и т. п.).

Уроки с образовательно-тренировочной направленностью преимущественно используются для развития физических качеств и решения соответствующих задач в рамках относительно жесткой регламентации динамики физической нагрузки от начала урока до окончания его основной части. Помимо целенаправленного развития физических качеств, на уроках с образовательно-тренировочной направленностью необходимо формировать у школьников представления о физической подготовке и физических качествах, физической нагрузке и ее влиянии на развитие систем организма. Также на этих уроках обучают способам регулирования физической нагрузки и способам контроля над ее величиной (в начальной школе по показателям частоты сердечных сокращений).

В целом каждый из этих типов уроков физической культуры носит образовательную направленность и по возможности включает школьников в выполнение самостоятельных заданий. Приобретаемые знания, умения и навыки в последующем закрепляются в системе самостоятельных занятий физическими упражнениями: утренней зарядке и гигиенической гимнастике до уроков, физкультминутках и подвижных играх на переменах и во время прогулок, дополнительных занятиях. При этом, развивая самостоятельность, необходимо ориентировать учащихся на использование учебного материала, не только освоенного ими на уроках физической культуры, но на уроках по другим учебным предметам. Путем

41

повышения самостоятельности и познавательной активности учащихся достигается усиление направленности педагогического процесса на формирование интереса к регулярным занятиям физическими упражнениями, приучение к систематической заботе о своем теле и здоровье.

Развитию самостоятельности в младшем школьном возрасте хорошо содействует организация спортивных соревнований и спортивных праздников. Они особенно эффективны, если в основе их содержания используются упражнения, подвижные игры, способы деятельности и знания, освоенные школьниками на уроках физической культуры.

3.4. Организация проектной и учебно-исследовательской деятельности обучающихся

Особенность проектной деятельности заключается в ориентации на решение прикладной задачи и получении конкретного проектного продукта. На уровне начального общего образования делается акцент на освоении учебно-исследовательской и проектной работы как типа деятельности, где материалом являются, прежде всего, физическая культура и спорт. Для этого следует обеспечить:

- сетевое взаимодействие образовательной организации с другими организациями общего и дополнительного образования, с учреждениями культуры и спорта;
- возможность реализации индивидуальной образовательной траектории обучающихся;
- возможность «конвертации» образовательных достижений, полученных обучающимися в иных образовательных структурах, организациях и событиях, в учебные результаты основного образования;
- привлечение сети Интернет в качестве образовательного ресурса (интерактивные конференции и образовательные события с ровесниками из России и других стран);
- широкую социализацию обучающихся через организованную социальную практику (работу в волонтерских и благотворительных организациях, участие в акциях, марафонах, соревнованиях и др.).

На уровне начального общего образования процесс становления исследовательской и проектной деятельности предполагает и допускает наличие проб в рамках совместной работы обучающихся и учителя. На уровне начального общего образования проект реализуется группой обучающихся совместно с учителем. Обучающиеся придерживаются ранее отработанного алгоритма выполнения исследования или проекта:

- Выбрать актуальную тему исследования или проекта;
- Разработать понятийный аппарат: цель и соответствующие ей задачи, гипотезу исследования;
- Определиться с выбором методов решения поставленных прикладных задач;
- Выбрать и оценить условия реализации проекта;
- Разработать программу проектной деятельности, ход и порядок, использования той или иной инструментальной методики;
- Обработать полученные данные.

В 3 классе обучающиеся выполняют проект «История Олимпийских игр». Целью данного проекта является изучение возникновения олимпийского движения.

3.5. Система оценки достижения планируемых результатов

Система оценки личностных результатов

Всесторонняя и комплексная оценка овладения обучающимися социальными (жизненными) компетенциями осуществляется на основании применения метода экспертной оценки в конце учебного года и заносится в дневник наблюдений, что позволяет не только представить полную картину динамики целостного развития обучающегося, но и отследить наличие или отсутствие изменений по отдельным жизненным компетенциям. Для полноты оценки личностных результатов освоения обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) учитывается мнение родителей (законных представителей), поскольку основой оценки служит анализ изменений в поведении обучающегося в повседневной жизни в различных социальных средах. Формой работы участников экспертной группы является психолого-педагогический консилиум. Оценка результатов осуществляется в баллах:

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

Система оценки предметных результатов

Оценка достижения предметных результатов ведётся в ходе текущего контроля, промежуточной и итоговой аттестации. Сроки проведения оценочных процедур фиксируются в рабочих программах учебных предметов в тематическом планировании.

Предметные результаты связаны с овладением обучающимися содержанием каждой предметной области и характеризуют достижения обучающихся в усвоении знаний и умений, способность их применять в практической деятельности.

Объектом оценки предметных результатов является освоение обучающимися содержания изучаемых дисциплин, умений и способов действия для решения учебно-познавательных и учебно-практических задач.

Критерии оценок:

Оценка «5» выставляется при выполнении упражнения с допущенными мелкими ошибками

- Такие как, неточность отталкивания
- Нарушение ритма
- Неправильное исходное положение
- «Заступ» при отталкивании.

Значительные ошибки — это такие, которые не вызывают особого искажения структурыдвижений, но влияют на качество выполнения.

К значительным ошибкам относятся:

- Старт не из требуемого положения
- Отталкивание далеко от планки при выполнении прыжков в длину и высоту
- Бросок мяча в кольцо, метание в цель с наличием дополнительных движений
- Несинхронность выполнения упражнения.

Оценка «**4**» выставляется, если допущено не более одной значительной ошибки и нескольких мелких.

Оценка «**3**» выставляется, если допущены две незначительные ошибки и несколькогрубых.

Грубые ошибки - это такие, которые искажают технику движения, влияют на качество ирезультат выполнения упражнения.

В 2-4 классах, оценка за технику ставится лишь при выполнении упражнений в равновесии, лазании, элементами акробатики, при перестроениях, построениях, ходьбе. В остальных видах (бег, прыжки, метание, броски) необходимо учитывать результат: секунды, количество, длину, высоту.

Для учащихся коррекционных школ возрастных нормативов нет. Поэтому учитель сам может определить нормативы для среднего ученика и руководствоваться ими в работе. Таким образом, на уроках физкультуры будет 3 группы детей по структуре дефекта и уровню физического развития и двигательной выносливости.

Критерии оценивания

І уровень (высокий)

Самостоятельно выполняют упражнения, умело пользуются приёмами, выполняют правильную последовательность при выполнении упражнений. Умеют пользоваться навыками на практике.

II уровень (средний)

Нарушают правильную последовательность при выполнении упражнений и при помощи учителя (по наводящим вопросам) восстанавливают последовательность выполнения упражнений. Имеют место случаи неправильного выполнения приёмов на практике.

III уровень (ниже среднего)

Выполняют нормативы в соответствии ниже среднему уровню. Не умеют пользоваться навыками на практике, выполняют упражнения по подражанию. Выполняют упражнения с помощью учителя. Нарушают правильную последовательность при выполнении упражнений.

Главными требованиями при оценивании умений и навыков является создание благоприятных условий для выполнения изучаемых упражнений и их качественноевыполнение:

- как ученик овладел основами двигательных навыков
- как проявил себя при выполнении, старался ли достичь желаемого результата
- как понимает и объясняет разучиваемое упражнение
- как пользуется предлагаемой помощью и улучшается ли при этом качество
- выполнения
- как понимает объяснение учителя, спортивную терминологию
- как относится к урокам

4. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	ЭОР
I. PA3,	 ЦЕЛ ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА		
1.	Инструктаж по ТБ на уроках легкой атлетики. Построение в одну шеренгу.	1	
2.	Перестроение из шеренги в круг.	1	
3-5.	Строевые команды. Расчет. Повороты налево, направо, кругом.	3	
6-9.	Различные виды ходьбы и бега.	4	
10-12.	Различные виды прыжков	3	
13-15.	Диагностика двигательных качеств	3	
16.	Бег с ускорением. Челночный бег.	1	
17.	Бег на короткие дистанции.	1	
18.	Низкий, высокий старт.	1	
19-20.	Прыжки в длину с места. Фазы прыжка.	2	
21.	Общеразвивающие упражнения для всех групп мышц	1	
22.	Работа с набивными мячами 1 кг.	1	
23.	Работа с гантелями 0,5 кг	1	
24.	Общеразвивающие упражнения с гимнастическими палками.	1	
25.	Общеразвивающие упражнения с малым обручем.	1	
26.	Прыжки в длину с разбега.	2	
27.	Прыжки в высоту с места	1	
28.	Прыжки в высоту с шага.	1	

29.	Метание малого мяча по вертикальной цели.	1	
30.	Метание малого мяча на дальность.	1	
31.	Метание малого мяча по горизонтальной цели.	1	
32.	Бег на выносливость с чередованием ходьбы	1	
II. PA3	ДЕЛ ГИМНАСТИКА		
33.	Техника безопасностина уроках по Гимнастике. Спортивные снаряды.	1	
34.	Общеразвивающие упражнения со скакалками.	1	
35-37.	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, по три.	3	
38.	Команды «Равняйсь!», «Смирно!», «Вольно!».	1	
39.	Повороты «направо», «налево» по ориентирам.	1	
40.	Команды «Направо!», «Налево!», «Кругом!».	1	
41.	Ползание по гимнастической скамейке.	1	
42.	Передвижение на высоких четвереньках по гимнастической скамье	1	
43.	Передвижение по гимнастической скамье приставным шагом	1	
44.	Упражнения в равновесии	1	
46-47.	Корригирующая гимнастика	2	
48-49.	Висы. Сгибание и разгибание ног на гимнастической стенке.	2	
50-51.	Ходьба на носочках, с различным положением рук по гимнастической скамейке.	2	
52-53.	Элементы акробатики: «Солдатик», «Ласточка», «Цапля». Проект «История Олимпийских игр»	2	
III. PA	ЗДЕЛ ЛЫЖНАЯ/КОНЬКОБЕЖНАЯ ПОДГОТ	ОВКА	
54.	Правила поведения на уроках лыжной и конькобежной подготовки.	1	
55-56.	Элементарные понятия о ходьбе и передвижении на лыжах, коньках.	2	
57.	Экипировка лыжника и конькобежца.	1	
58.	Выбор лыж и палок, коньков. Уход за спортинвентарем.	1	

59-60. Основные части конька и лыж. Одевание и питуровка коньков и лыжных ботинок. 2 61. Удержание равновесия на коньках. 1 62. Предупреждение травм и обморожений 1 63. Имитационные движения конькобежца. 2 64-65. Имитационные движения лыжника. 2 II. PAЗДЕЛ ГИМНАСТИКА 66-67. Группировка, упор присев. Перскаты назад-вперед. 2 68-69. Лазание по шведской стенке разноименным способом. 1 70. Лазание по наклонной доске 1 71. Упражления в равновесии. 1 72. Общеразвивающе упражления с мячом и скакалкой. 1 73. Бросок и ловля мяча в парах. 1 74. Отбивание мяча на месте. 1 75. Ведение мяча в движении. 1 76-79. Прыжки на скакалке 4 1V. РАЗДЕЛ ИГРЫ Техника безопасности при занятиях по подвижным играм. Виды подвижных игр. 2 81-82. Подвижные игры с бегом. 2 83-84. Подвижные игры с элементами эстафет. 4 89-92. Подвижные игры с элементами спортивных качеств.				
62. Предупреждение травм и обморожений 1 63. Имитационные движения конькобежца. 2 64-65. Имитационные движения лыжника. 2 II. РАЗДЕЛ ГИМНАСТИКА 66-67. Группировка, упор присев. Перекаты пазад-вперед. 68-69. Лазание по шведской стенке разноименным спортивных по парыжки на скакалкой. 1 71. Упражнения в равновесии. 1 72. Общеразвивающие упражнения с мячом и скакалкой. 1 73. Бросок и ловля мяча в парах. 1 74. Отбивание мяча на месте. 1 75. Ведение мяча в движении. 1 76-79. Прыжки на скакалке 4 IV. РАЗДЕЛ ИГРЫ 80. Техника безопасности при занятиях по подвижным играм. Виды подвижных игр. 2 83-84. Подвижные игры с бетом. 2 83-85. Подвижные игры с элементами эстафет. 4 89-92. Подвижные игры с элементами эстафет. 4 89-92. Диагностика двигательных качеств. 3 96. Подвижные игры с прыжками. 1 97-98. Игры малой подвижности. 2 99-90. Подвижные игры с мячом. 2 100. Подвижные игры с мячом. 2	59-60.		2	
1	61.	Удержание равновесия на коньках.	1	
1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1.	62.	Предупреждение травм и обморожений	1	
П. РАЗДЕЛ ГИМНАСТИКА 2 66-67. Группировка, упор присев. Перекаты назад-вперед. 2 68-69. Лазание по шведской стенке разноименным способом. 1 70. Лазание по наклонной доске 1 71. Упражнения в равновесии. 1 72. Общеразвивающие упражнения с мячом и скакалкой. 1 73. Бросок и ловля мяча в парах. 1 74. Отбивание мяча в движении. 1 75. Ведение мяча в движении. 1 76-79. Прыжки на скакалке 4 80. Техника безопасности при занятиях по подвижным играм. Виды подвижных игр. 1 81-82. Подвижные игры с бегом. 2 83-84. Подвижные игры на ориентировку в пространстве 2 85-88. Подвижные игры с элементами эстафет. 4 89-92. Подвижные игры с элементами спортивных игр. 4 93-95. Диагностика двигательных качеств. 3 96. Подвижные игры с прыжками. 1 97-98. Игры малой подвижные игры с мячом. 2 100. </td <td>63.</td> <td>Имитационные движения конькобежца.</td> <td>2</td> <td></td>	63.	Имитационные движения конькобежца.	2	
66-67. Группировка, упор присев. Перекаты назад-вперед. 2 68-69. Лазание по шведской стенке разноименным способом. 2 70 70 70 71 71 72 73 73 74 75 75 75 75 75 75 75			2	
Назад-вперед. 1	II. PA	ЗДЕЛ ГИМНАСТИКА		
способом. 1 70 Лазание по наклонной доске 1 71. Упражнения в равновесии. 1 72. Общеразвивающие упражнения с мячом и скакалкой. 1 73. Бросок и ловля мяча в парах. 1 74. Отбивание мяча на месте. 1 75. Ведение мяча в движении. 1 76-79. Прыжки на скакалке 4 IV. РАЗДЕЛ ИГРЫ 80. Техника безопасности при занятиях по подвижным играм. Виды подвижных игр. 1 81-82. Подвижные игры с бегом. 2 83-84. Подвижные игры на ориентировку в пространстве 2 85-88. Подвижные игры с элементами эстафет. 4 89-92. Подвижные игры с элементами спортивных игр. 4 93-95. Диагностика двигательных качеств. 3 96. Подвижные игры с прыжками. 1 97-98. Игры малой подвижности. 2 99- Подвижные игры с использованием 2	66-67.		2	
71. Упражнения в равновесии. 1 72 Общеразвивающие упражнения с мячом и скакалкой. 1 73. Бросок и ловля мяча в парах. 1 74. Отбивание мяча на месте. 1 75. Ведение мяча в движении. 1 76-79. Прыжки на скакалке 4 IV. РАЗДЕЛ ИГРЫ 80. Техника безопасности при занятиях по подвижным играм. Виды подвижных игр. 81-82. Подвижные игры с бегом. 2 83-84. Подвижные игры на ориентировку в пространстве 2 85-88. Подвижные игры с элементами эстафет. 4 89-92. Подвижные игры с элементами спортивных игр. 3 96. Подвижные игры с прыжками. 1 97-98. Игры малой подвижности. 2 99- Подвижные игры с мячом. 2 100. 1 101- Подвижные игры с использованием 2	68-69.	-	2	
72	70	Лазание по наклонной доске	1	
скакалкой. 1 73. Бросок и ловля мяча в парах. 1 74. Отбивание мяча на месте. 1 75. Ведение мяча в движении. 1 76-79. Прыжки на скакалке 4 IV. РАЗДЕЛ ИГРЫ 80. Техника безопасности при занятиях по подвижным играм. Виды подвижных игр. 1 81-82. Подвижные игры с бегом. 2 83-84. Подвижные игры на ориентировку в пространстве 2 85-88. Подвижные игры с элементами эстафет. 4 89-92. Подвижные игры с элементами спортивных игр. 3 93-95. Диагностика двигательных качеств. 3 96. Подвижные игры с прыжками. 1 97-98. Игры малой подвижности. 2 99- Подвижные игры с мячом. 2 100. 101- Подвижные игры с использованием 2	71.	Упражнения в равновесии.	1	
74. Отбивание мяча на месте. 1 75. Ведение мяча в движении. 1 76-79. Прыжки на скакалке 4 IV. РАЗДЕЛ ИГРЫ 80. Техника безопасности при занятиях по подвижным играм. Виды подвижных игр. 81-82. Подвижные игры с бегом. 2 83-84. Подвижные игры на ориентировку в пространстве 2 85-88. Подвижные игры с элементами эстафет. 4 89-92. Подвижные игры с элементами спортивных игр. 3 93-95. Диагностика двигательных качеств. 3 96. Подвижные игры с прыжками. 1 97-98. Игры малой подвижности. 2 99- 100. Подвижные игры с мячом. 2 101- Подвижные игры с использованием 2	72		1	
75. Ведение мяча в движении. 1 76-79. Прыжки на скакалке 4 IV. РАЗДЕЛ ИГРЫ 80. Техника безопасности при занятиях по подвижным играм. Виды подвижных игр. 81-82. Подвижные игры с бегом. 2 83-84. Подвижные игры на ориентировку в пространстве 2 85-88. Подвижные игры с элементами эстафет. 4 89-92. Подвижные игры с элементами спортивных игр. 3 93-95. Диагностика двигательных качеств. 3 96. Подвижные игры с прыжками. 1 97-98. Игры малой подвижности. 2 99- Подвижные игры с мячом. 2 100. Подвижные игры с использованием 2	73.	Бросок и ловля мяча в парах.	1	
76-79. Прыжки на скакалке 4 IV. РАЗДЕЛ ИГРЫ 80. Техника безопасности при занятиях по подвижным играм. Виды подвижных игр. 1 81-82. Подвижные игры с бегом. 2 83-84. Подвижные игры на ориентировку в пространстве 2 85-88. Подвижные игры с элементами эстафет. 4 89-92. Подвижные игры с элементами спортивных игр. 3 93-95. Диагностика двигательных качеств. 3 96. Подвижные игры с прыжками. 1 97-98. Игры малой подвижности. 2 99- Подвижные игры с мячом. 2 100. 101- Подвижные игры с использованием 2	74.	Отбивание мяча на месте.	1	
IV. РАЗДЕЛ ИГРЫ 80. Техника безопасности при занятиях по подвижным играм. Виды подвижных игр. 1 81-82. Подвижные игры с бегом. 2 83-84. Подвижные игры на ориентировку в пространстве 2 85-88. Подвижные игры с элементами эстафет. 4 89-92. Подвижные игры с элементами спортивных игр. 4 93-95. Диагностика двигательных качеств. 3 96. Подвижные игры с прыжками. 1 97-98. Игры малой подвижности. 2 99- Подвижные игры с мячом. 2 100. 101- Подвижные игры с использованием 2	75.	Ведение мяча в движении.	1	
80. Техника безопасности при занятиях по подвижным играм. Виды подвижных игр. 1 81-82. Подвижные игры с бегом. 2 83-84. Подвижные игры на ориентировку в пространстве 2 85-88. Подвижные игры с элементами эстафет. 4 89-92. Подвижные игры с элементами спортивных игр. 3 93-95. Диагностика двигательных качеств. 3 96. Подвижные игры с прыжками. 1 97-98. Игры малой подвижности. 2 99- Подвижные игры с мячом. 2 101- Подвижные игры с использованием 2	76-79.	Прыжки на скакалке	4	
Подвижным играм. Виды подвижных игр.	IV. PA	ЗДЕЛ ИГРЫ		
83-84. Подвижные игры на ориентировку в пространстве 2 85-88. Подвижные игры с элементами эстафет. 4 89-92. Подвижные игры с элементами спортивных игр. 4 93-95. Диагностика двигательных качеств. 3 96. Подвижные игры с прыжками. 1 97-98. Игры малой подвижности. 2 99- 100. Подвижные игры с мячом. 2 101- Подвижные игры с использованием 2	80.	1	1	
1	81-82.	Подвижные игры с бегом.	2	
89-92. Подвижные игры с элементами спортивных игр. 93-95. Диагностика двигательных качеств. 96. Подвижные игры с прыжками. 1 97-98. Игры малой подвижности. 2 99- Подвижные игры с мячом. 2 100. 101- Подвижные игры с использованием 2	83-84.	1 1 1	2	
игр. 93-95. Диагностика двигательных качеств. 3 96. Подвижные игры с прыжками. 1 97-98. Игры малой подвижности. 2 99- Подвижные игры с мячом. 2 100. 1 Подвижные игры с использованием 2	85-88.	Подвижные игры с элементами эстафет.	4	
93-95. Диагностика двигательных качеств. 3 96. Подвижные игры с прыжками. 1 97-98. Игры малой подвижности. 2 99- Подвижные игры с мячом. 2 100. 1 101- Подвижные игры с использованием 2	89-92.		4	
97-98. Игры малой подвижности. 2 99- Подвижные игры с мячом. 2 100. Подвижные игры с использованием 2	93-95.	-	3	
99- Подвижные игры с мячом. 2 100. 101- Подвижные игры с использованием 2	96.	Подвижные игры с прыжками.	1	
100. 101- Подвижные игры с использованием 2	97-98.	Игры малой подвижности.	2	
		Подвижные игры с мячом.	2	
	101-	_	2	
ВСЕГО: 102 часа				