


**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
школа-интернат №31 Невского района Санкт-Петербурга**

**“СОГЛАСОВАНО”**

МО учителей технологий,  
ИЗО и физической культуры

31.08.2023 г., протокол № 2

Председатель М. О:   
/ **А.В. Шевцова** /

**“ПРИНЯТО”**



педсовет от 31.08.2023 г.,

протокол № 1

**“УТВЕРЖДЕНО”**

31.08. 2023 г., приказ № 252

Директор ГБОУ  
школы-интерната № 31

  
  
/ **Иванова** /

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по физической культуре  
(адаптивной физической культуре)

для 2 «А» класса  
на 2023-2024 учебный год

Составитель: Воропаев Михаил Александрович

## Пояснительная записка

Рабочая программа по физической культуре (адаптивной физической культуре) для учащихся 2-а класса на 2023 – 2024 учебный год составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации 19 декабря 2014 г., №1598, а также с федеральной адаптированной образовательной программой для глухих обучающихся (вариант 1.2), утвержденной приказом Министерства Российской Федерации от 24.11.2022 г., № 1023, и на основе Федеральной рабочей программы по адаптивной физической культуре для глухих, слабослышащих и позднооглохших обучающихся.

### Общая характеристика учебного предмета

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определенные двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

Важнейшим требованием проведения современного урока по физической культуре является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм.

### Цели и задачи, решаемые при реализации рабочей программы

**Цель** реализации учебной дисциплины «Адаптивная физическая культура» заключается в обеспечении овладения обучающимися с нарушениями слуха необходимым (определяемым стандартом) уровнем подготовки в области физической культуры в единстве с компенсацией нарушений физического развития, формированием устойчивой потребности в физическом совершенствовании, целостном развитии их физических способностей, психического и личностного развития для наиболее полноценной жизни в обществе. Программа направлена на формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Реализация цели программы соотносится с решением следующих **основных задач**:

- укрепление здоровья, повышение функциональных и адаптивных возможностей основных жизнеобеспечивающих систем организма, развитие физических способностей;
- формирование правильной осанки и рационального дыхания, умений организовывать самостоятельные занятия физической культурой с оздоровительной направленностью;
- повышение культуры движений, обогащение двигательного опыта упражнениями базовых видов спорта (гимнастика, легкая атлетика, спортивные игры), а также формирование умений использовать их в условиях учебной деятельности, организации активного отдыха и досуга;
- содействие освоению комплекса знаний о физической культуре, ее истории и формах организации, связи с культурой здоровья;
- воспитание волевых, нравственных и этических качеств личности.

**Специфические задачи (коррекционные, компенсаторные, профилактические):**

- коррекция нарушений двигательных функций и опорно-двигательного аппарата (сколиозы, плоскостопия, нарушение осанки);
- коррекция и компенсация нарушений психомоторики;
- коррекция и развитие способности к пространственной ориентации;
- коррекция и развитие общей и мелкой моторики;
- коррекция и развитие способности к дифференцированию временных, силовых, пространственных параметров движения;
- коррекция и развитие способности к быстрому реагированию;
- коррекция и развитие способности к усвоению ритма движений;
- коррекция нарушений скоростно-силовых и силовых способностей;
- расширение пассивного и активного словаря обучающихся с нарушениями слуха за счет освоения специальной терминологии физической культуры;
- развитие слухо-зрительного восприятия;
- формирование двигательных навыков под воздействием регулирующей функции речи;
- профилактика возникновения вторичных отклонений в состоянии здоровья.

**Воспитательное значение** заключается в содействии активной социализации обучающихся на основе осмысления и понимания роли физической культуры и спорта в жизни человека, понимания значения мирового и отечественного олимпийского и сурдоолимпийского движения, приобщения к их культурным ценностям, истории и современному развитию. Практическими результатами воспитания являются: формирование навыков взаимодействия со сверстниками и взрослыми, воспитание воли и способности к преодолению трудностей у обучающихся с нарушениями слуха.

Образовательно-коррекционный процесс на уроках АФК базируется на общедидактических и специальных принципах, обусловленных особенностями психофизического развития обучающихся с нарушениями слуха.

Реализация программ по адаптивной физической культуре предполагает следующие **принципы и подходы**:

- программно-целевой подход, который предполагает единую систему планирования и своевременного внесения корректив в планы;
- необходимость использования специальных методов, приемов и средств обучения;
- информационной компетентности участников образовательного процесса в образовательной организации;
- вариативности, которая предполагает осуществление различных вариантов действий по реализации поставленных задач;
- комплексный подход в реализации коррекционно-образовательного процесса;
- включение в решение задач программы всех субъектов образовательного процесса.

### **Коррекционная направленность программы**

**Коррекционная направленность** программы обеспечивается реализацией целей и задач, обусловленных особенностями незлышащих обучающихся. Незлышащие дети имеют свои, свойственные только им особенности в развитии речевой и мыслительной деятельности (речевое недоразвитие, сниженный слух, отставание в развитии психических функций и др.). Отсутствие речи у незлышащих детей отрицательно сказывается на развитии функции дыхания, что приводит к застойным явлениям в лёгких и является причиной частых заболеваний дыхательной системы: ОРЗ, бронхиты, пневмонии.

В связи с этим у детей с нарушенным слухом возникают специфические изменения в снижении двигательной памяти, степени функциональной активности вестибулярного

аппарата, состояния двигательного анализатора, замедленность овладения двигательными навыками. Это затрудняет усвоение различных двигательных умений и навыков на уроках физической культуры и требует **специальной коррекционной работы**, которая направлена на решение следующих задач:

- коррекция недостаточно точной координации и неуверенности движений, что проявляется в основных двигательных навыках;
- работа над сохранением статического и динамического равновесия;
- развитие моторной сферы: мелкой моторики кисти и пальцев рук, согласованности движений отдельных звеньев тела во времени и пространстве, переключаемости движений, дифференцировки и ритмичности движений, расслабления;
- развитие речевого слуха;
- усвоение учащимися речевого материала, используемого на занятиях;
- овладение тематической и терминологической лексикой, используемой при изучении данного предмета, в том числе ее восприятием и воспроизведением.

### **Специфика обучения учащихся с ОВЗ**

Специфика организации обучения глухих детей заключена в создании слухоречевой среды на базе развития и использования остаточной слуховой функции, использовании дактильной формы речи, применении табличек с речевым материалом, формировании речи в коммуникативной функции и использовании специальной методики обучения языку на всех уроках. А также специфика заключается в:

- постановка и реализация на уроках и целевых установок, направленных на коррекцию отклонений в развитии и профилактику возникновения вторичных отклонений; создание условий для развития у обучающихся инициативы, познавательной активности, в том числе за счет привлечения к участию в различных (доступных) видах деятельности;
- целенаправленное и систематическое развитие словесной речи (в устной и письменной формах), формирование умений обучающихся использовать устную речь по всему спектру коммуникативных ситуаций (задавать вопросы, договариваться, выражать свое мнение, обсуждать мысли и чувства, дополнять и уточнять смысл высказывания и др.); применение в образовательно – коррекционном процессе соотношения устной, письменной, устно – дактильной и жестовой речи с учетом особенностей разных категорий глухих детей, обеспечения их качественного образования, развития коммуникативных навыков, социальной адаптации и интеграции в обществе;
- использование обучающимися в целях реализации собственных познавательных, социокультурных и коммуникативных потребностей вербальных и невербальных средств коммуникации с учетом владения ими партнерами по общению (в том числе, применение русского жестового языка в общении, прежде всего, с лицами, имеющими нарушения слуха), а также с учетом ситуации и задач общения;

Специфика овладения глухими детьми речью отражена в рабочей программе выделением речевого материала: в календарно-тематическом планировании (предметные термины, речевые обороты, фразы, обязательные для усвоения по предмету), а также в выделении материала по развитию разговорной речи.

### **Характеристика двигательного развития обучающихся младшего школьного возраста с нарушениями слуха**

Нарушения двигательной сферы у обучающихся с нарушениями слуха

проявляются (по Л.В. Шапковой):

1. В снижении уровня развития общих физических способностей: отставание от нормы в показателях силы основных мышечных групп туловища и рук, скоростно-силовых качествах, скоростных качествах;
2. В трудности сохранения статического и динамического равновесия;
3. В недостаточно точной координации и неуверенности движений, что особенно заметно при овладении навыком ходьбы;
4. В относительно низком уровне ориентировки в пространстве;
5. В замедленной скорости выполнения отдельных движений, темпа двигательной деятельности в целом.

### **Определение места и роли учебного курса, предмета в учебном плане ОУ: информация о внесенных изменениях в примерную (типовую) программу и их обоснование**

Данная программа исключает те разделы или темы, которые невозможно проводить по причине отсутствия необходимого для уроков инвентаря или в условиях спортивного зала школы-интерната № 31. Такие разделы и темы заменяются на другие на время отсутствия оборудования:

1. Раздел «Лыжная подготовка» на время плохих погодных условий заменяется на разделы «Спортивные игры» и «Подвижные игры».

2. В разделе «Гимнастика с элементами акробатики» тема «Лазание по канату» заменяется на другие темы с лазанием и перелезанием.

3. Часы, отведенные на раздел «Плавание», распределяются на раздел «Легкая атлетика».

К коррективам относится следующее:

Включение раздела «Спортивные игры» в программу с 1-го года обучения. Это связано с тем, что спортивные игры воспитывают внимание, умение ориентироваться в пространстве, способствуют развитию самодисциплины. В данном разделе учащиеся младшей школы изучают облегченные варианты базовых упражнений по темам.

### **Информация об используемом учебно-методическом комплекте**

**УМК:** В.И. Лях «Физическая культура». Учебник для 1-4 классов ОУ. ФГОС. Москва, Просвещение, 2022 г.

**УМК утверждён:** Приказ № 64 по школе-интернату №31 от 22.02.2023 г.

### **Информация о количестве учебных часов, на которое рассчитана рабочая программа (в соответствии с учебным планом, годовым календарным учебным графиком).**

Рабочая программа, в соответствии с учебным планом адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования для глухих обучающихся (вариант 1.2) государственного бюджетного общеобразовательного учреждения школы-интерната № 31 Невского района Санкт-Петербурга, на 2023 – 2024 учебный год рассчитана на 102 часа (3 часа в неделю, 34 учебные недели).

### **Сведения о возможности реализовать программу в режиме дистанционного обучения**

Реализация рабочей программы по физкультуре с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий осуществляется при наличии у

обучающихся персонального компьютера/ноутбука/планшета, телефона типа смартфон – устройства, имеющего выход в Интернет. Используемые образовательные ресурсы: «resh.edu.ru».

Информационно-коммуникативные средства, используемые при реализации рабочей программы по физкультуре: социальная сеть «ВКонтакте», мессенджеры (Skype, Viber, WhatsApp); сервисы Яндекс, Mail, электронная почта, СМС – сообщения.

### **Информация об используемых технологиях обучения, формах уроков и т.п., а также о возможной внеурочной деятельности по предмету**

На уроках физической культуры используются здоровьесберегающие, стимулирующие, физкультурно-оздоровительные технологии.

В зависимости от целей, задач, программного содержания выделяют уроки:

- **Образовательной направленности** – для формирования специальных знаний, обучения разнообразным двигательным умениям;
- **Коррекционно-развивающей направленности** – для развития и коррекции физических качеств и координационных способностей, коррекции движений, коррекции сенсорных систем и психических функций с помощью физических упражнений;
- **Оздоровительной направленности** – для коррекции осанки, плоскостопия, профилактики соматических заболеваний, нарушения сенсорных систем, укрепления сердечно-сосудистой и дыхательной систем;
- **Спортивной направленности** – для совершенствования физической, технической, тактической, психической, волевой, теоретической подготовки в избранном виде спорта;
- **Рекреационной направленности** – для организованного досуга, отдыха, игровой деятельности.

Такое деление носит условный характер, отражая лишь преимущественную направленность урока. Фактически каждый урок содержит элементы обучения, развития, коррекции, компенсации и профилактики. Таким образом, наиболее типичными для незрячих детей являются **комплексные уроки**.

В системе **внеурочной деятельности** по предмету следует выделить следующие занятия спортивной направленности: «Азбука спортивных игр»

### **Виды и формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся**

Промежуточная аттестация проводится согласно Уставу и положению школы-интерната о промежуточном контроле в форме сдачи учебных нормативов по усвоению навыков, умений, развитию двигательных качеств, практических и теоретических зачетов, а также экспресс-тестов по предмету адаптивная физическая культура.

При оценивании успеваемости учитываются индивидуальные особенности, уровень физического развития, двигательные возможности и последствия заболеваний обучающихся.

Классификация ошибок и недочетов, влияющих на снижение оценки:

Мелкими ошибками считаются ошибки, которые не влияют на качество и результат выполнения упражнений. К мелким ошибкам в основном относятся неточность отталкивания, нарушение ритма, неправильное исходное положение, «заступ» при приземлении.

Значительные ошибки – ошибки, которые не вызывают особого искажения структуры движений, но влияют на качество выполнения, хотя количественный

показатель ненамного ниже предполагаемого. К значительным ошибкам относятся: старт не из требуемого положения; отталкивание далеко от планки при выполнении прыжков в длину, высоту; бросок мяча в кольцо, метание в цель с наличием дополнительных движений; несинхронность выполнения упражнения.

Грубые ошибки – ошибки, которые искажают технику движения, влияют на качество и результат выполнения упражнения.

Характеристика балльной оценки (отметки):

Оценка «5» выставляется за качественное выполнение упражнений, допускается наличие мелких ошибок.

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

Оценка «3» выставляется, если допущены две значительные ошибки и несколько грубых, но ученик при повторных выполнениях может улучшить результат.

Оценка «2» выставляется, если упражнение не выполнено. Причиной невыполнения является наличие грубых ошибок.

При оценивании успеваемости обучающихся, имеющих **специальную и подготовительную** физкультурную группу здоровья, строго учитывается характер заболевания и медицинские показания. Данные обучающиеся выполняют общеразвивающие упражнения, упражнения АФК, отвечают на теоретические вопросы, выполняют теоретические тестовые задания, готовят доклады, презентации, творческие работы и проекты. Обучающиеся **подготовительной** физкультурной группы здоровья выполняют нормативные испытания с учетом медицинских показаний, но освобождаются от соревновательной деятельности. Рекомендуется вести индивидуальный мониторинг развития двигательных навыков обучающихся.

**Промежуточный контроль** осуществляется в течение учебного года в форме сдачи нормативов по разделам:

1. «Легкая атлетика»;
2. «Гимнастика с основами акробатики»;
3. «Лыжная подготовка»
4. «Спортивные игры».

#### Формы контроля

№ п/п	Сроки проведения	Форма	Тема
1	Сентябрь	Зачет	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Бег 30 метров</li> <li>• Тест Купера</li> <li>• Прыжок в длину с места</li> <li>• Прыжок в длину с разбега.</li> <li>• Метание малого мяча</li> <li>• Бросок набивного мяча, 1 кг.</li> </ul>
2	Октябрь	Зачет	<u>Экспресс-тесты по ОФП:</u> поднимание туловища, челночный бег 3х10, многоскоки, прыжки через скакалку.

3	Ноябрь	Зачет	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Группировка, перекаты.</li> <li>• Стойка на лопатках.</li> <li>• «Мост» из положения лежа на спине/ «Мост» из положения седа (СМГ)</li> <li>• Кувырок вперед.</li> <li>• Акробатическая комбинация.</li> <li>• Опорный прыжок через гимнастического козла.</li> </ul>
4	Декабрь	Зачет	<u>Экспресс-тесты по ОФП за I полугодие:</u> поднимание туловища из положения лежа на спине; отжимание; наклон вперед из положения сидя на полу; подтягивание в висе лежа.
5	Январь	Зачет	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Попеременный двухшажный ход без палок до 2 км (техника).</li> </ul>
6	Февраль	Зачет	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Попеременный двухшажный ход с палками до 2 км.</li> <li>• Повороты переступанием в движении.</li> <li>• Торможение плугом и упором.</li> <li>• Передвижение на лыжах до 2,5 км с равномерной скоростью.</li> </ul>
7	Март	Зачет	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ведение мяча (б/б) – техника.</li> <li>• Передача мяча (б/б) – техника;</li> <li>• Бросок мяча в корзину (б/б) – техника.</li> </ul> <u>Экспресс-тесты по ОФП:</u> поднимание туловища, прыжки через скакалку, отжимания.
8	Апрель	Зачет	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Прыжок в высоту.</li> <li>• Метание мяча.</li> <li>• Бросок набивного мяча, 1 кг.</li> <li>• Бег 30 м</li> <li>• Тест Купера</li> </ul>
9	Май	Зачет	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ведение мяча ф/б – техника.</li> </ul> <u>Экспресс-тесты по ОФП за год:</u> поднимание туловища; челночный бег с кубиком 3x10; прыжок в длину с места.

### Особенности занятий детей в специальной медицинской группе

Занятия с ослабленными детьми организуются по рекомендации школьного врача, в специальных медицинских группах.

**Цель** физического воспитания детей СМГ направлена на их физическое совершенствование и подготовку к жизни, к общественному труду. Она осуществляется в единстве с умственным, нравственным, эстетическим воспитанием, а также развитием навыков речевого общения.

**Задачи** физического воспитания учащихся, отнесенных к СМГ:

- укрепление здоровья, ликвидация или стойкая компенсация нарушений, вызванных заболеванием;
- улучшение показателей физического развития;
- освоение жизненно важных двигательных умений, навыков и качеств;



- постепенная адаптация организма к воздействию физических нагрузок, расширение диапазона функциональных возможностей, физиологических систем организма;
- закаливание и повышение сопротивляемости защитных сил организма;
- формирование волевых качеств личности и интереса к регулярным занятиям физической культурой;
- воспитание сознательного и активного отношения к здоровью и здоровому образу жизни как к ценностям;
- овладение комплексами упражнений, благоприятно воздействующими на состояние организма обучающегося, с учетом имеющегося у него заболевания;
- обучение способам самоконтроля при выполнении физических нагрузок различного характера.

Для решения этих задач необходимо использовать весь комплекс методов, средств и форм физического воспитания.

**Общими принципами реализации этих задач являются:**

1. *Принцип оздоровительной, лечебно-профилактической направленности*  
- обязывает определять содержание средств и метода физического воспитания.
2. *Принцип дифференцированного подхода*  
- обязывает использовать средства физической культуры в зависимости от характера и выраженности структурных и функциональных нарушений в организме, вызванных патологическим процессом.

**Рекомендации выполнения физических упражнений на занятиях СМГ**

На занятиях с учащимися СМГ применяются упражнения той интенсивности, которая вызывает допустимые, соответствующие функциональным возможностям реакции сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Анаэробные условия мышечной деятельности для учащихся СМГ не рекомендуются.

Совершенно противопоказаны анаэробные упражнения учащимся с заболеваниями сердца и сосудов.

Основными средствами в физическом воспитании учащихся СМГ, должны являться циклические упражнения, повторяемые многократно и систематически.

Исключаются следующие виды упражнений:

- акробатические упражнения;
- упражнения, связанные с отягощением и задержкой дыхания;
- упражнения, требующие резкого изменения статичного положения;
- упражнения на снарядах, перекладине;
- прохождение полосы препятствий;
- двухсторонние спортивные игры (футбол, баскетбол), проводимые по ходу урока в соревновательном и тренировочном порядке.

**Формы учета рабочей программы воспитания**

В соответствии с требованиями к результатам освоения основных образовательных программ основного общего образования ФГОС программа направлена на достижение обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Воспитательный потенциал предмета «Адаптивная физическая культура» реализуется через готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретение опыта деятельности на их основе.

**Патриотическое воспитание:**

- ценностное отношение к отечественному спортивному, культурному, историческому и научному наследию, понимание значения физической культуры в жизни современного общества, способность владеть достоверной информацией о спортивных достижениях сборных команд по видам спорта на международной спортивной арене, основных мировых и отечественных тенденциях развития физической культуры для блага человека, заинтересованность в научных знаниях о человеке.

#### **Гражданское воспитание:**

- представление о социальных нормах и правилах межличностных отношений в коллективе, готовность к разнообразной совместной деятельности при выполнении учебных, познавательных задач, освоение и выполнение физических упражнений, создание учебных проектов, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи в процессе этой учебной деятельности;
- готовность оценивать своё поведение и поступки своих товарищей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков; оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения.

#### **Ценности научного познания:**

- знание истории развития представлений о физическом развитии и воспитании человека в российской культурно-педагогической традиции;
- познавательные мотивы, направленные на получение новых знаний по физической культуре, необходимых для формирования здоровья и здоровых привычек, физического развития и физического совершенствования;
- познавательная и информационная культура, в том числе навыки самостоятельной работы с учебными текстами, справочной литературой, доступными техническими средствами информационных технологий;
- интерес к обучению и познанию, любознательность, готовность и способность к самообразованию, исследовательской деятельности, к осознанному выбору направленности и уровня обучения в дальнейшем.

#### **Формирование культуры здоровья:**

- осознание ценности своего здоровья для себя, общества, государства; ответственное отношение к регулярным занятиям физической культурой, в том числе освоению гимнастических упражнений и плавания как важных жизнеобеспечивающих умений; установка на здоровый образ жизни, необходимость соблюдения правил безопасности при занятиях физической культурой и спортом.

#### **Экологическое воспитание:**

- экологически целесообразное отношение к природе, внимательное отношение к человеку, его потребностям в жизнеобеспечивающих двигательных действиях; ответственное отношение к собственному физическому и психическому здоровью, осознание ценности соблюдения правил безопасного поведения в ситуациях, угрожающих здоровью и жизни людей;
- экологическое мышление, умение руководствоваться им в познавательной, коммуникативной и социальной практике.

### **Содержание учебного предмета (102 часа)**

#### **Знания о физической культуре**

Современные Олимпийские игры. Первая помощь при легких травмах. Правила предупреждения травм. Правила проведения закаливающих процедур. Связь физической

культуры с трудовой деятельностью.

#### **Требования к уровню усвоения материала:**

- Раскрывать смысл символики и ритуалов Олимпийских игр.
- Определять цель возрождения Олимпийских игр.
- Руководствоваться правилами профилактики травматизма.
- Моделировать случаи травматизма и оказания первой помощи.
- Проводить закаливающие процедуры с использованием воздушных и солнечных ванн, купания в естественных водоёмах.
- Выполнять правила закаливающих процедур и соблюдать меры безопасности во время их проведения.
- Определять назначение утренней зарядки, физкультминуток, их роль и значение в организации здоровьесберегающей жизнедеятельности (их влияние на самочувствие и работоспособность человека).
- Определять признаки положительного влияния занятий физкультурой на успехи в труде и учебе.

#### **Физкультурно-оздоровительная деятельность**

(на каждом уроке)

ОРУ и корригирующие упражнения без предметов, с предметами. Комплексы упражнений утренней зарядки. Занятия по профилактике и коррекции нарушений осанки. Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Комплексы дыхательных упражнений. Экспресс-тесты (для определения уровня физической подготовленности учащихся, проводятся раз в четверть).

#### **Оздоровительная и корригирующая гимнастика (для СМГ)**

*Комплексы упражнений:* упражнения на формирование правильной осанки (без предметов и с предметами), локальное развитие мышц туловища, профилактика плоскостопия. Упражнения с различным типом дыхания (грудной, брюшной и смешанный типы), выполняемые в различных исходных положениях. Упражнения на профилактику нарушений зрения. Упражнение на чередование напряжения и расслабления мышц.

#### **Требования к уровню усвоения материала:**

- Выполнять комплексы утренней зарядки;
- Демонстрировать технику выполнения упражнений утренней зарядки;
- Выполнять упражнения, входящие в комплексы упражнений для профилактики и коррекции осанки.
- Выполнять основные положения и движения рук: вверх, вниз, в стороны, вперед, на пояс, к плечам, за спину, перед грудью и т.п.
- Выполнять основные положения и движения ног: ноги вместе, на ширине плеч, шире плеч.
- Выполнять основные положения и движения туловища: наклоны вперед, назад, в стороны, повороты и т.п.
- Выполнять комплексы упражнений физкультминутки для профилактики утомления крупных (туловища) и мелких (пальцев) мышечных групп.

#### **Гимнастика с основами акробатики**

Техника безопасности на занятиях. Строевые упражнения, организующие команды и приемы. Элементы акробатических упражнений. Гимнастические упражнения прикладного характера. Упражнения на равновесие. Подвижные игры на материале оздоровительной корригирующей гимнастики. Подвижные игры на материале гимнастики с элементами акробатики.

#### **Гимнастика с основами акробатики (для СМГ)**

По содержанию программ основной, подготовительной медицинских групп, исключая

упражнения, противопоказанные медиками каждому учащемуся индивидуально. Используются комплексы упражнений, а также упражнения с акробатическими элементами, предназначенные для СМГ (акробатические упражнения выполняются по допуску врача).

#### **Требования к уровню усвоения материала:**

- Выполнять организующие команды по распоряжению учителя (основная стойка, посторенние в колонну, шеренгу, в круг, размыкание на вытянутые в стороны руки, повороты направо и налево, команды «становись», «равняйся», «смирно», «шагом марш», «бегом марш», «на месте стой», «направо», «налево», «по порядку рассчитайся», «На первый-второй рассчитайся!»). Перестроение из колонны по одному в колонну по два, три и четыре в движении с поворотом.
- Соблюдать дисциплину и чёткое взаимодействие с одноклассниками при выполнении строевых упражнений, совместных движений и передвижений.
- Демонстрировать технику упражнений, объединённых во фрагменты акробатических комбинаций в условиях игровой и соревновательной деятельности.
- Описывать технику и последовательность упражнений акробатических комбинаций.
- Демонстрировать их выполнение в условиях учебной деятельности.
- Выполнять подводящие упражнения для освоения техники опорного прыжка напрыгиванием с последующим спрыгиванием.
- Демонстрировать технику выполнения опорного прыжка напрыгиванием с последующим спрыгиванием в условиях учебной деятельности.
- Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений на низкой перекладине.
- Демонстрировать технику разученных висов на низкой гимнастической перекладине.
- Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений на гимнастических снарядах.
- Выполнять правила игр.
- Называть снаряды и гимнастические упражнения.

### **Лёгкая атлетика**

Техника безопасности на занятиях. Ходьба. Бег. Прыжки. Метание малого мяча. Броски набивного мяча.

#### **Легкая атлетика (для СМГ)**

По содержанию программ основной, подготовительной медицинских групп, исключая упражнения, противопоказанные медиками каждому учащемуся индивидуально. Используются комплексы упражнений, а также легкоатлетические упражнения, предназначенные для СМГ (беговые, прыжковые упражнения, а также упражнения с набивным мячом выполняются по допуску врача).

#### **Требования к уровню усвоения материала:**

- Совершенствовать высокий старт в беговых упражнениях на короткие дистанции в условиях игровой и соревновательной деятельности.
- Демонстрировать технику выполнения низкого старта по команде стартера.
- Выполнять стартовое ускорение из положения низкого старта в условиях учебной и игровой деятельности.
- Выполнять финиширование в беге на спринтерские дистанции (30 и 60 м).
- Выполнять равномерный медленный (до 5-6 мин) бег, кросс до 1 км.

- Демонстрировать технику прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги» в условиях учебной деятельности.
- Демонстрировать технику прыжка в высоту способом «перешагивание».
- Демонстрировать технику метания теннисного мяча на дальность точность, по направлению.
- Демонстрировать технику броска набивного мяча из-за головы, от груди, снизу вперед-вверх, из положения стоя грудью в направлении метания, с шага на дальность и заданное расстояние.
- Соблюдать технику метания малого мяча;
- Соблюдать технику броска большого мяча.
- Соблюдать технику безопасности при занятиях лёгкой атлетикой.

### **Лыжная подготовка**

Техника безопасности на занятиях. Одежда лыжника. Переноска и надевание лыж. Ступающий и скользящий шаг без палок и с палками. Повороты переступанием. Передвижение на лыжах до 1 км. Подвижные игры на материале лыжной подготовки.

#### **Лыжная подготовка (для СМГ)**

По содержанию программ основной, подготовительной медицинских групп, исключая упражнения, противопоказанные медиками каждому учащемуся индивидуально. Используются доступные способы выполнения передвижений, поворотов на лыжах (занятия по лыжной подготовке выполняются по допуску врача).

#### **Требования к уровню усвоения материала:**

- Объясняют назначение понятий и терминов, относящихся к лыжной подготовке.
- Демонстрировать технику выполнения попеременного двухшажного хода в процессе прохождения учебной дистанции.
- Демонстрировать технику выполнения разученных способов передвижения на лыжах в условиях игровой деятельности.
- Демонстрировать технику подъема «лесенкой» и «елочкой», спуска с пологих склонов.
- Варьировать способы передвижения на лыжах в зависимости от особенностей лыжной трассы.
- Соблюдать требования к одежде и обуви во время занятий.
- Соблюдать технику безопасности при занятиях лыжами.
- Выполнять правила игры.

### **Подвижные игры**

На материале лёгкой атлетики. Специальные коррекционные игры для глухих детей. Подвижные игры с элементами спортивных игр. Техника безопасности на занятиях.

#### **Требования к уровню усвоения материала:**

- Выполнять правила игры.
- Управлять эмоциями в процессе игровой деятельности, демонстрировать сдержанность и терпимость к своим ошибкам и ошибкам товарищей.
- Взаимодействовать со сверстниками.
- Проявлять положительные качества личности в процессе игровой деятельности (смелость, волю, решительность, активность и инициативность).
- Соблюдать правила поведения и безопасности.
- Демонстрировать свои физические возможности и способности, технику выполнения освоенных двигательных действий.

- Проявлять находчивость в решении игровых задач, возникающих в процессе подвижных игр.
- Проявлять доброжелательность, сдержанность и уважение к соперникам и игрокам своей команды в процессе игровой деятельности.
- Работать в команде.
- Перечислять названия и правила игр, инвентарь.

### **Спортивные игры**

Футбол. Баскетбол. Волейбол. Флорбол.

#### **Требования к уровню усвоения материала:**

- Демонстрировать технику удара внутренней стороной стопы («щёчкой») и передачу мяча в парах и тройках в стандартных и изменяющихся (игровых) условиях. (футбол).
- Совершенствовать технику выполнения ударов внутренней стороной стопы («щёчкой») по неподвижному мячу с места и разбега, передачи мяча в парах и тройках в условиях учебной и игровой деятельности (футбол).
- Демонстрировать технику ведения мяча внутренней и внешней частью подъёма по прямой линии и дуге, «змейкой» между стойками (футбол).
- Демонстрировать технику остановки мяча (футбол).
- Выполнять разученные технические приёмы игры в футбол в стандартных и вариативных (игровых) условиях.
- Демонстрировать технику выполнения подбрасывания мяча на заданную высоту (волейбол).
- Демонстрировать технику выполнения прямой подачи снизу, сбоку (волейбол).
- Выполнять разученные технические приёмы игры в волейбол в стандартных и вариативных (игровых) условиях.
- Демонстрировать разученные технические приёмы игры в флорбол.
- Выполнять разученные технические приёмы игры в флорбол в стандартных и вариативных (игровых) условиях.
- Организовывать игру в флорбол, играть по упрощённым правилам в условиях активного отдыха и досуга.
- Демонстрировать технику ловли и передачи мяча двумя руками снизу и от груди в условиях игровой и соревновательной деятельности (баскетбол).
- Выполнять специальные передвижения баскетболиста в условиях учебной и игровой деятельности.
- Выполнять технику остановки разученными способами в условиях учебной и игровой деятельности (баскетбол).
- Выполнять ведение мяча, стоя на месте (баскетбол).
- Выполнять ведение мяча с продвижением шагом вперёд (баскетбол).
- Организовывать игру в баскетбол, играть по упрощённым правилам в условиях активного отдыха и досуга (баскетбол).

### **Подвижные и спортивные игры (для СМГ)**

По содержанию программ основной, подготовительной медицинских групп, исключая соревновательную деятельность и упражнения, противопоказанные медиками каждому учащемуся индивидуально.

**Резервное время учителя:** 3 часа на учебный год.

## **Формы учета рабочей программы воспитания**

В соответствии с требованиями к результатам освоения основных образовательных программ основного общего образования ФГОС программа направлена на достижение обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Воспитательный потенциал предмета «Адаптивная физическая культура» реализуется через готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретение опыта деятельности на их основе.

### **Патриотическое воспитание:**

- ценностное отношение к отечественному спортивному, культурному, историческому и научному наследию, понимание значения физической культуры в жизни современного общества, способность владеть достоверной информацией о спортивных достижениях сборных команд по видам спорта на международной спортивной арене, основных мировых и отечественных тенденциях развития физической культуры для блага человека, заинтересованность в научных знаниях о человеке.

### **Гражданское воспитание:**

- представление о социальных нормах и правилах межличностных отношений в коллективе, готовность к разнообразной совместной деятельности при выполнении учебных, познавательных задач, освоение и выполнение физических упражнений, создание учебных проектов, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи в процессе этой учебной деятельности;
- готовность оценивать своё поведение и поступки своих товарищей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков; оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения.

### **Ценности научного познания:**

- знание истории развития представлений о физическом развитии и воспитании человека в российской культурно-педагогической традиции;
- познавательные мотивы, направленные на получение новых знаний по физической культуре, необходимых для формирования здоровья и здоровых привычек, физического развития и физического совершенствования;
- познавательная и информационная культура, в том числе навыки самостоятельной работы с учебными текстами, справочной литературой, доступными техническими средствами информационных технологий;
- интерес к обучению и познанию, любознательность, готовность и способность к самообразованию, исследовательской деятельности, к осознанному выбору направленности и уровня обучения в дальнейшем.

### **Формирование культуры здоровья:**

- осознание ценности своего здоровья для себя, общества, государства; ответственное отношение к регулярным занятиям физической культурой, в том числе освоению гимнастических упражнений и плавания как важных жизнеобеспечивающих умений; установка на здоровый образ жизни, необходимость соблюдения правил безопасности при занятиях физической культурой и спортом.

### **Экологическое воспитание:**

- экологически целесообразное отношение к природе, внимательное отношение к человеку, его потребностям в жизнеобеспечивающих двигательных действиях; ответственное отношение к собственному физическому и психическому здоровью, осознание ценности соблюдения правил безопасного поведения в ситуациях,

- угрожающих здоровью и жизни людей;
- экологическое мышление, умение руководствоваться им в познавательной, коммуникативной и социальной практике.

### **Планируемые результаты изучения учебного предмета**

Деятельность образовательного учреждения общего образования в обучении физической культуре должна быть направлена на достижение обучающимися следующих результатов:

#### **Личностные результаты:**

1. Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
2. Проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
3. Проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорства в достижении поставленных целей;
4. Оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общих интересов.

#### **Метапредметные результаты:**

1. Обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления (с помощью учителя);
2. Управление эмоциями при общении со сверстниками, взрослыми.
3. Приближенное к технически правильному, выполнение двигательных действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности.

#### **Предметные результаты:**

1. Оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибки способов их устранения;
2. Бережное обращение с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности;
3. Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
4. Выполнение акробатических и гимнастических комбинаций на среднем техническом уровне;
5. Выполнение жизненно важных двигательных навыков и умений различными способами, в различных условиях.
6. Выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

#### **Учебно-методические средства обучения, материально-техническое оснащение образовательного процесса.**

##### *Список литературы (основной)*

1. В.И. Лях «Физическая культура». Учебник для 1-4 классов ОУ. ФГОС. Москва, Просвещение, 2019.

##### *Список литературы для учителя*

5. Коррекционные подвижные игры и упражнения для детей с нарушениями в



- развитии / Под ред. Л.В. Шапковой, - М. Советский спорт, 2002г. – 212 с.
6. Ковалько В.И. Уроки физкультуры в начальной школе: Мет. рекомендации, практические материалы, поурочное планирование, 2003.
  7. «Комплексная программа физического воспитания 1 – 11 классы». Москва, Просвещение, 2012 г.
  8. Лях В.И., Матвеев А.П. Пособие для учителей общеобразовательных школ «Рабочие программы», 2011 г.
  9. Киинов А.Н., Курьерова Г.И. Учебник «Физическая культура 1 – 11 классы». Стандарты обучения, Волгоград, издательство «Учитель», 2009 г.

*Материально-техническое оснащение образовательного процесса*

*(урок физкультуры, внеурочная деятельность по физкультуре и спортивные кружки)*

Для уроков физкультуры в школе оборудован спортивный зал. На территории расположены: стадион с беговой дорожкой, футбольное поле, баскетбольная и волейбольная площадки.

№	Наименование инвентаря	Количество
1.	Клюшка для флорбола	3
2.	Компрессор для накачивания мячей	2
3.	Лыжи пластиковые в комплекте с креплением	10
4.	Лыжный комплект 180-200 (лыжи, палки, крепления)	6
5.	Перекладина навесная для гимнастической стенки	4
6.	Ракетка для большого тенниса	4
7.	Ракетка для настольного тенниса	4
8.	Скамейка гимнастическая с крючком – 3 м	2
9.	Скамейка гимнастическая, дерево, длина 2500 мм	3
10.	Скамейка для пресса	1
11.	Стенка гимнастическая, дерево	4
12.	Стол теннисный	3
13.	Козел гимнастический	1
14.	Мостик гимнастический	1
15.	Мат гимнастический	4
16.	Мат гимнастический 1000х50х2000, винил иск. кожа	4
17.	Мат школьный	4
18.	Эспандер грудной (с металлическими пружинами)	5

### Календарно – тематическое планирование

В календарно-тематическом планировании отражено количество часов с учётом реальных условий прохождения. Резервное время учителя (4 часа) используется на повторение материала, дополнительное проведение урока по теме из-за плохого усвоения материала учащимися, а также на восполнение тех дней, которые пропущены в связи с государственными праздниками.

#### I четверть (25 часа)

№ п/п	Тема	Характеристика учебной деятельности обучающихся (основные виды учебной деятельности обучающихся)	Речевой материал	Кол-во часов	Сроки выполнения				
					План	Факт			
1.	Вводный инструктаж по охране труда. Техника безопасности по легкой атлетике и подвижными играми. Современные Олимпийские игры.	Изучать технику безопасности по легкой атлетике и подвижным играм.	Правила, опасно, бег, бегать, прыжки, прыгать, метать. Бежать быстро (медленно), прыгать далеко, метать мяч далеко, метать мяч в цель.	1	1.09				
		<ul style="list-style-type: none"> <li>Раскрывать смысл символики и ритуалов Олимпийских игр.</li> <li>Определять цель возрождения Олимпийских игр..</li> </ul>					В процессе уроков		
2.	Легкая атлетика. Бег на короткие дистанции. Низкий старт. Т.Б.	<b>ОСНОВНАЯ И ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППЫ:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Знать названия действия (бег на короткие дистанции).</li> <li>Совершенствовать высокий старт в беговых упражнениях на короткие дистанции в условиях игровой и соревновательной деятельности.</li> <li>Демонстрировать технику выполнения низкого старта по команде стартера.</li> <li>Выполнять стартовое ускорение из положения низкого старта в условиях учебной и игровой деятельности.</li> </ul>	Бег, бегать, кроссовки. Я бегу прямо. <i>Бежать прямо.</i> Бежать быстро (медленно).	1	6.09				
3.	Легкая атлетика. Бег на короткие дистанции. <b>Зачет</b> - бег 30 м.						1	7.09	
4.	Легкая атлетика. Бег на короткие дистанции. <b>Зачет</b> - – 60м.						1	8.09	

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Выполнять финиширование в беге на спринтерские дистанции (30 и 60 м).</li> </ul> <p><i>СПЕЦИАЛЬНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ГРУППА:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Совершенствовать высокий старт в беговых упражнениях на короткие дистанции в условиях учебной и игровой деятельности.</li> <li>• Демонстрировать технику выполнения низкого старта по команде стартера.</li> <li>• Выполнять стартовое ускорение из положения низкого старта в условиях учебной и игровой деятельности.</li> <li>• Выполнять финиширование в беге на спринтерские дистанции (30 и 60 м) без учета времени.</li> <li>• Выполнять упражнения с различным типом дыхания (грудной, брюшной и смешанный типы), выполняемые в различных исходных положениях.</li> </ul> <p><i>Исключаются упражнения, противопоказанные медиками каждому учащемуся индивидуально.</i></p>				
5.	Легкая атлетика. Равномерный бег. Бег до 5 минут. Т.Б.	<p><i>ОСНОВНАЯ И ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППЫ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Знать названия действия (равномерный бег).</li> <li>• Выполнять равномерный медленный (до 5-6 мин) бег, кросс до 1 км.</li> <li>• Выполнять равномерный медленный бег, кросс до 1 км.</li> <li>• Воспроизводить требуемую (заданную по образцу) дозировку физической нагрузки.</li> </ul> <p><i>СПЕЦИАЛЬНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ГРУППА:</i></p>	Бег, бегать, кроссовки. Я бегу прямо. <i>Бежать прямо.</i> Бежать быстро (медленно).	1	13.09	
6.	Легкая атлетика. Равномерный бег. Бег до 6 минут.			1	14.09	
7.	Легкая атлетика. Равномерный бег. <b>Зачет</b> – тест Купера.			1	15.09	

8.	Легкая атлетика. Равномерный бег. Кросс до 1 км. Т.Б.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Демонстрировать технику равномерного медленного бега (без учета времени).</li> <li>• Выполнять равномерный медленный (без учета времени) бег.</li> <li>• Выполнять упражнения с различным типом дыхания (грудной, брюшной и смешанный типы), выполняемые в различных исходных положениях.</li> </ul> <p><b>Исключаются упражнения, противопоказанные медиками каждому учащемуся индивидуально.</b></p>		1	20.09	
9.	Легкая атлетика. Прыжок в длину с разбега. Т.Б.	<p><b>ОСНОВНАЯ И ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППЫ:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Знать названия действия (прыжок в длину).</li> </ul>	Прыгать. Прыгать на месте. Прыгать <i>в длину</i> . Прыгнуть вперед. Он прыгнул дальше.	1	21.09	
10.	Легкая атлетика. Прыжок в длину с разбега. <b>Зачет.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Совершенствовать технику выполнения ранее разученных прыжковых упражнений в стандартных и изменяющихся условиях (прыжки на одной и двух ногах на месте, с поворотом на 180, по разметкам, в длину с места, стоя лицом, боком к месту приземления; в длину с разбега с зоны отталкивания 30-50 см; многоразовые (до 10 прыжков), тройной и пятерной с места).</li> </ul>		1	22.09	
11.	Легкая атлетика. Прыжок в длину с места. <b>Зачет.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Закреплять навыки прыжков (эстафеты с прыжками на одной ноге (до 10 прыжков); игры с прыжками и осаливанием на площадке небольшого размера).</li> <li>• Демонстрировать технику прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги» в условиях учебной деятельности.</li> <li>• Называть легкоатлетический инвентарь.</li> </ul> <p><b>СПЕЦИАЛЬНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ГРУППА:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Совершенствовать технику выполнения ранее разученных прыжковых упражнений в</li> </ul>		1	27.09	

		<p>стандартных и изменяющихся условиях.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Демонстрировать технику прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги» в условиях учебной деятельности.</li> <li>• Упражнение на чередование напряжения и расслабления мышц.</li> </ul> <p><b>Исключаются упражнения, противопоказанные медиками каждому учащемуся индивидуально.</b></p>				
12.	Легкая атлетика. Метание мяча. Т.Б.	<p><b>ОСНОВНАЯ И ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППЫ:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Знать названием действия (метание мяча).</li> <li>• Выполнять метание малого мяча на максимально возможный результат.</li> <li>• Демонстрировать технику метания теннисного мяча на дальность точность, по направлению.</li> <li>• Соблюдать технику метания малого мяча;</li> <li>• Называть легкоатлетический инвентарь.</li> </ul> <p><b>СПЕЦИАЛЬНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ГРУППА:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Овладевать названием действия (метание мяча).</li> <li>• Выполнять метание малого мяча на максимально возможный результат.</li> <li>• Демонстрировать технику метания теннисного мяча на дальность точность, по направлению.</li> <li>• Соблюдать технику метания малого мяча;</li> <li>• Называть легкоатлетический инвентарь.</li> <li>• Упражнения на профилактику нарушений зрения.</li> </ul> <p><b>Исключаются упражнения, противопоказанные медиками каждому учащемуся индивидуально.</b></p>	Далеко, цель, метать. Метать мяч. Малый мяч. <i>Метать мяч далеко.</i>	1	28.09	
13.	Легкая атлетика. Метание мяча. <b>Зачет.</b>				1	29.09
14.	Легкая атлетика. Бросок	<b>ОСНОВНАЯ И ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППЫ:</b>	Бросок. Далеко. Толкать	1	4.10	

	набивного мяча. <b>Зачет, 1кг Т.Б.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Знать названия действия (бросок мяча).</li> <li>• Демонстрировать технику броска набивного мяча (1кг) из-за головы, от груди, снизу вперед-вверх, из положения стоя грудью в направлении метания, с шага на дальность и заданное расстояние.</li> <li>• Соблюдать технику броска большого мяча.</li> <li>• Называть легкоатлетический инвентарь.</li> </ul> <p><b>СПЕЦИАЛЬНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ГРУППА:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Знать названия действий (бросок мяча).</li> <li>• Демонстрировать технику броска набивного мяча из-за головы, от груди, снизу вперед-вверх, из положения стоя грудью в направлении метания, с шага на дальность и заданное расстояние (выполняется по допуску врача).</li> <li>• Соблюдать технику метания малого мяча.</li> <li>• Соблюдать технику броска большого мяча.</li> <li>• Называть легкоатлетический инвентарь.</li> <li>• Упражнения на профилактику нарушений зрения.</li> <li>• Упражнение на чередование напряжения и расслабления мышц.</li> </ul> <p><b>Исключаются упражнения, противопоказанные медиками каждому учащемуся индивидуально.</b></p>	мяч. Набивной мяч.			
15.	Подвижные игры на материале легкой атлетики. Т.Б.	<p><u>Подвижные игры на материале лёгкой атлетики:</u> «Вызов номеров», «Пустое место», «Второй лишний», «Пятнашки», «Пятнашки с ленточками», «Домики», «Кошки-Мышки», «Волк во рву», «Прыжки по кочкам» и т.п. <u>Специальные коррекционные игры для</u></p>	Я взял мяч. Он бросил мяч. Она поймала мяч. Я играю в мяч. Бросить, поймать мяч, <i>подбросить</i> , бросить, <i>перебросить</i> .	1	5.10	
16.	Подвижные игры на материале легкой атлетики		1	6.10		

17.	Специальные коррекционные игры для глухих детей. Т.Б.	<i>слабослышащих детей:</i> «Три стихии», «Запрещенный цвет», «Зеркало» и т.п. <b>ОСНОВНАЯ И ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППЫ:</b>	Встать, круг, правое, левое, вверх, взять, играть.	1	11.10	
18.	Специальные коррекционные игры для глухих детей.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Выполнять правила игры.</li> <li>• Управлять эмоциями в процессе игровой деятельности, демонстрировать сдержанность и терпимость к своим ошибкам и ошибкам товарищей.</li> <li>• Взаимодействовать со сверстниками.</li> <li>• Проявлять положительные качества личности в процессе игровой деятельности (смелость, волю, решительность, активность и инициативность).</li> <li>• Соблюдать правила поведения и безопасности.</li> <li>• Демонстрировать свои физические возможности и способности, технику выполнения освоенных двигательных действий.</li> <li>• Проявлять находчивость в решении игровых задач, возникающих в процессе подвижных игр.</li> <li>• Проявлять доброжелательность, сдержанность и уважение к соперникам и игрокам своей команды в процессе игровой деятельности.</li> <li>• Работать в команде.</li> <li>• Перечислять названия и правила игр, инвентарь.</li> </ul> <b>СПЕЦИАЛЬНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ГРУППА:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Тоже, что и в основной и подготовительной группах, исключая соревновательную деятельность и упражнения, противопоказанные медиками индивидуально.</li> </ul>		1	12.10	
19.	<b>Экспресс – тесты.</b> Поднимание туловища,	Выполняют на результат: поднимание туловища, челночный бег 3x10, многоскоки, прыжки через	Скакалка. Прыгнуть через скакалку. Прыгать со	1	13.10	

	челночный бег 3x10, многоскоки, прыжки через скакалку. Т.Б.	скакалку.	скакалкой.			
20.	<b>Экспресс – тесты.</b> Поднимание туловища, челночный бег 3x10, многоскоки, прыжки через скакалку. Т.Б.			1	18.10	
21.	Футбол. Остановка мяча. Т.Б.	<p><i><b>ОСНОВНАЯ И ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППЫ:</b></i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Демонстрировать технику удара внутренней стороной стопы («щёчкой») и передачу мяча в парах и тройках в стандартных и изменяющихся (игровых) условиях.</li> <li>• Совершенствовать технику выполнения ударов внутренней стороной стопы («щёчкой») по неподвижному мячу с места и разбега, передачи мяча в парах и тройках в условиях учебной и игровой деятельности.</li> <li>• Демонстрировать технику ведения мяча внутренней и внешней частью подъёма по прямой линии и дуге, «змейкой» между стойками.</li> <li>• Демонстрировать технику остановки мяча. Выполнять разученные технические приёмы игры в футбол в стандартных и вариативных (игровых) условиях.</li> </ul> <p><i><b>СПЕЦИАЛЬНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ГРУППА:</b></i></p> <p>То же, что и в основной и подготовительной группах, исключая соревновательную деятельность и упражнения, противопоказанные медиками индивидуально.</p>	<p>Футбол, мяч, бросить, поймать, взять, играть, далеко.</p> <p>Я взял мяч. Он бросил мяч. Она поймала мяч. Я играю в мяч</p>	1	19.10	
22.	Футбол. Ведение мяча.			1	20.10	
23.	Футбол Удар по неподвижному и катящемуся мячу.			1	25.10	
24.	Футбол. Игра по упрощенным правилам.			1	26.10	
25.	Футбол. Игра по упрощенным правилам.			1	27.10	



Итого:	25ч		
--------	-----	--	--

**II четверть (22 часа)**

№ п/п	Тема	Характеристика учебной деятельности обучающихся (основные виды учебной деятельности обучающихся)	Речевой материал	Кол-во часов	Сроки выполнения	
					План	Факт
1.	Вводный инструктаж по охране труда. Техника безопасности по гимнастике и спортивными играми. Первая помощь при легких травмах. Правила предупреждения травм».	Изучают технику безопасности по гимнастике и спортивным играм.  <ul style="list-style-type: none"> <li>Руководствоваться правилами профилактики травматизма.</li> <li>Моделировать случаи травматизма и оказания первой помощи.</li> </ul>	Правила, опасно, <i>правила безопасного поведения.</i>	1	8.11	
				В процессе уроков		
2.	Гимнастика с элементами акробатики. Организующие команды и приёмы. Т.Б.	<b>ОСНОВНАЯ И ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППЫ:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Выполнять организующие команды по распоряжению учителя (основная стойка, посторонние в колонну, шеренгу, в круг, размыкание на вытянутые в стороны руки, повороты направо и налево, команды «становись», «равняйся», «смирно», «шагом марш», «бегом марш», «на месте стой», «направо», «налево», «по порядку рассчитайся», «На первый-второй рассчитайся!»). Перестроение из колонны по одному в колонну по два, три и четыре в движении с поворотом.</li> <li>Соблюдать дисциплину и чёткое взаимодействие с одноклассниками при выполнении строевых упражнений, совместных движений и передвижений.</li> </ul>	Встать, <i>круг</i> , правое, левое, <i>носки, пятки</i> , рука, нога, стоять, сесть, линия, шагать, ходить, колонна, шеренга, <i>вытянутые</i> , руки, <i>строй</i> , вправо, влево, направо, налево, кругом, колонна, шеренга, один, два, три, <i>сторона</i> , вперед, назад, рука, нога, <i>змейка</i> . Он повернулся направо (налево, кругом). <i>Я сделал поворот направо (налево, кругом). Это колонна (шеренга) по одному (двое, трое).</i>	1	9.11	

		<p><i>СПЕЦИАЛЬНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ГРУППА:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Выполнять организующие команды по распоряжению учителя (см. осн. и подг. гр.).</li> </ul>				
3.	Гимнастика с элементами акробатики. Акробатические упражнения. Группировка, перекаты. <b>Зачет.</b> Т.Б.	<p><i>ОСНОВНАЯ И ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППЫ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Выполнять ранее разученные упражнения в стандартных и изменяющихся условиях.</li> <li>Демонстрируют технику выполнения группировки, перекатов в группировке с последующей опорой руками за головой.</li> <li>Называть гимнастические упражнения.</li> </ul> <p><i>СПЕЦИАЛЬНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ГРУППА:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Демонстрировать технику выполнения разученных перекатов на спине, группировок из положения лёжа на спине, раскачиваний в плотной группировке, перекатов в группировке (акробатические упражнения выполняются по допуску врача).</li> <li>Называть гимнастические упражнения.</li> </ul> <p><b><i>Исключаются упражнения, противопоказанные медиками каждому учащемуся индивидуально.</i></b></p>	Акробатика, группировка. Акробатические упражнения. Это группировка (показать). Я сделал группировку.	1	10.11	
4.	Гимнастика с элементами акробатики. Акробатические упражнения. Стойка на лопатках. <b>Зачет.</b> Т.Б.	<p><i>ОСНОВНАЯ И ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППЫ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Овладевать названиями инвентаря (мат), гимнастических элементов (стойка на лопатках).</li> <li>Демонстрируют стойку на лопатках, согнув ноги, стойку на лопатках выпрямив ноги. Из стойки на лопатках согнув ноги, перекаат вперед в упор присев.</li> <li>Выполнять ранее разученные упражнения в стандартных и изменяющихся условиях.</li> </ul> <p><i>СПЕЦИАЛЬНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ГРУППА:</i></p>	Акробатика, группировка, лопатки, стойка. Акробатические упражнения. Это группировка (показать). Это лопатки (показать). Я сделал группировку. Я сделал кувырок. Я сделал перекаат. Стойка на лопатках.	1	15.11	

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Демонстрировать технику выполнения разученных стоек, седов, упоров, приседов, положений лёжа на спине, на животе, прогибаний («лодочка»), перекатов на спине, группировок из положения лёжа на спине, раскачиваний в плотной группировке, перекатов в группировке (акробатические упражнения выполняются по допуску врача).</li> <li>• Демонстрировать группировку в положении лежа на спине, раскачивания в плотной группировке, перекаты в группировке</li> </ul> <p><b><i>Исключаются упражнения, противопоказанные медиками каждому учащемуся индивидуально.</i></b></p>				
5.	Гимнастика с элементами акробатики. Акробатические упражнения. «Мост» <b>Зачет.</b> Т.Б.	<p><b><i>ОСНОВНАЯ И ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППЫ:</i></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Овладевать названиями гимнастического элемента («мост»).</li> <li>• Выполнять ранее разученные упражнения в стандартных и изменяющихся условиях.</li> <li>• Демонстрировать выполнение техники упражнения «мост» из положения лёжа на спине с последующим переходом в исходное положение (лёжа на спине).</li> </ul> <p><b><i>СПЕЦИАЛЬНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ГРУППА:</i></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Овладевать названиями гимнастического элемента («мост»).</li> <li>• Выполнять ранее разученные упражнения в стандартных и изменяющихся условиях.</li> <li>• Демонстрировать выполнение техники упражнения «мост» из положения седа с</li> </ul>	Мост. <i>Акробатические упражнения. Это мост (показать). Я сделал мост.</i>	1	16.11	

		<p>последующим переходом в исходное положение (лёжа на спине) – облегченный вариант.</p> <p><b>Исключаются упражнения, противопоказанные медиками каждому учащемуся индивидуально.</b></p>				
6.	Гимнастика с элементами акробатики. Акробатические упражнения. Кувырок вперед. Т.Б.	<p><b>ОСНОВНАЯ И ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППЫ:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Выполнять ранее разученные упражнения в стандартных и изменяющихся условиях.</li> <li>• Овладевать названиями гимнастического элемента (кувырок).</li> </ul>	<p><i>Акробатика, группировка, кувырок.</i></p> <p><i>Акробатические упражнения. Это группировка (показать). Это кувырок (показать). Я сделал группировку. Я сделал кувырок. Я сделал перекат.</i></p>	1	17.11	
7.	Гимнастика с элементами акробатики. Акробатические упражнения. Кувырок вперед. <b>Зачет.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Демонстрировать технику выполнения кувырка вперед, 2-3 кувырков вперед.</li> <li>• Разучивать технику кувырка назад.</li> </ul>		1	22.11	
8.	Гимнастика с элементами акробатики. Акробатические упражнения. Кувырок назад. Т.Б.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Демонстрировать кувырок назад и перед в стойку на лопатках.</li> </ul> <p><b>СПЕЦИАЛЬНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ГРУППА:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Овладевать названиями гимнастического элемента (кувырок).</li> <li>• Выполнять ранее разученные упражнения в стандартных и изменяющихся условиях.</li> <li>• Демонстрировать упражнения прогибание («лодочка»); упоры, седы.</li> <li>• Выполнять упражнения с различным типом дыхания (грудной, брюшной и смешанный типы), выполняемые в различных исходных положениях.</li> </ul> <p><b>Исключаются упражнения, противопоказанные медиками каждому учащемуся индивидуально.</b></p>		1	23.11	
9.	Гимнастика с элементами акробатики. Упражнения в равновесии. Т.Б.	<p><b>ОСНОВНАЯ И ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППЫ:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Называть снаряды (бревно, скамейка) и</li> </ul>	<p><i>Повернуть, ходить, поднять, опустить, прямые, согнутые, верх,</i></p>	1	24.11	

10.	Гимнастика с элементами акробатики. Упражнения в равновесии.	<p>гимнастические упражнения (ласточка, пистолет, цапля, стойка на одной ноге).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Демонстрировать технику упражнений на гимнастической скамейке и напольном гимнастическом бревне: Ходьба по бревну большими шагами и выпадами; ходьба на носках, повороты прыжком на 90 и 180 градусов, опускание в упор стоя на колене (правом, левом).</li> <li>• Демонстрировать выполнение упражнений в равновесии на месте с открытыми и закрытыми глазами.</li> <li>• Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений на гимнастических снарядах.</li> </ul> <p><b>СПЕЦИАЛЬНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ГРУППА:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Выполнять упражнения прикладного характера (см. осн. и подг. гр.) учитывая индивидуальные особенности каждого ребенка;</li> <li>• Воспроизводить требуемую индивидуально дозировку физической нагрузки.</li> <li>• Выполнять упражнения, входящие в комплексы упражнений для профилактики и коррекции осанки (без предметов и с предметами), локального развития мышц туловища, профилактики плоскостопия.</li> </ul> <p><b>Исключаются упражнения, противопоказанные медиками каждому учащемуся индивидуально.</b></p>	<p><i>вниз, сторона, вперед, назад, грудь, рука, нога, бедро, наклон, туловище, носки, ступня, голова. Поднять (опустить) мяч (скакалку, веревку, руку, ногу, голову). Поднять прямую (согнутую) ногу (руку) вверх. Опустить прямую (согнутую) ногу (руку) вниз. Наклонить туловище (голову) вперед (назад, в сторону). Стоять на ступне, носках. Спина ровная. Руки на поясе. Сесть (встать) на скамейку. Прямая линия. Идти одинаково. Я иду, поднимая бедро. Он перешагнул через веревку (рейку).</i></p>	1	29.11	
11.	Гимнастика с элементами акробатики. Акробатические комбинации. Т.Б.	<p><b>ОСНОВНАЯ И ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППЫ:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Изучать фрагменты акробатической комбинации: из изученных ранее элементов: перекатов в</li> </ul>	<p>Повторение ранее изученных слов и фраз по теме.</p>	1	30.11	

		<p>группировке, стойки на лопатках, кувырков, «моста», упражнений в равновесии.</p> <p><u>Акробатическая комбинация:</u> ласточка – упор присев – кувырок вперед – пережат назад в группировке – стойка на лопатках – пережат вперед в упор сидя – наклон вперед – и.п. лежа на спине и «мост».</p> <p><b>СПЕЦИАЛЬНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ГРУППА:</b></p> <p><u>Акробатическая комбинация:</u> ласточка – упор присев – пережат назад в группировке – пережат вперед в упор присев – упор стоя – шагом одной ноги назад упор лежа – упор лежа на бедрах.</p> <p><b>Исключаются упражнения, противопоказанные медиками каждому учащемуся индивидуально</b></p>				
12.	Гимнастика с элементами акробатики. Акробатические комбинации. <b>Зачет.</b>	<p><b>ОСНОВНАЯ И ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППЫ:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Демонстрировать технику упражнений, объединённых во фрагменты акробатических комбинаций в условиях игровой и соревновательной деятельности разученных на прошлом уроке.</li> </ul> <p><b>СПЕЦИАЛЬНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ГРУППА:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Демонстрировать технику упражнений, объединённых во фрагменты акробатических комбинаций в условиях игровой деятельности.</li> </ul> <p><b>Исключаются упражнения, противопоказанные медиками каждому учащемуся индивидуально</b></p>		1	1.12	
13.	Гимнастика с элементами акробатики. Упражнения на низкой гимнастической перекладине. Висы и упоры Т.Б.	<p><b>ОСНОВНАЯ И ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППЫ:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Знать названия гимнастических элементов (вис, упор)</li> <li>• Демонстрировать технику разученных висов и</li> </ul>	Вис, упор, скамейка, перекладина. Поднимание ног. Это вис (показать). Упор лежа на скамейке (на полу). Залезать на	1	6.12	

14.	Гимнастика. Висы и упоры Зачет (экспресс – тесты: поднимание туловища, отжимание)	<p>упоров на низкой гимнастической перекладине.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Демонстрировать вис завесом; вис на согнутых руках согнув ноги; на гимнастической стенке вис прогнувшись, подтягивание в висе, поднимание ног в висе.</li> <li>• Демонстрировать упражнения в упоре лежа и стоя на коленях, в упоре на гимнастическом козле, бревне, гимнастической скамейке</li> <li>• Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений на гимнастических снарядах.</li> </ul> <p><i>СПЕЦИАЛЬНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ГРУППА:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Выполнять упражнения на низкой гимнастической перекладине (см. осн. и подг. гр.) учитывая индивидуальные особенности каждого ребенка;</li> <li>• Воспроизводить требуемую индивидуально дозировку физической нагрузки.</li> <li>• Выполнять упражнения на чередование напряжения и расслабления мышц.</li> </ul> <p><b><i>Исключаются упражнения, противопоказанные медиками каждому учащемуся индивидуально.</i></b></p>	<p><i>гимнастическую стенку. Висеть на перекладине. Вис стоя (показать). Вис присев (показать). Вис лежа (показать).</i></p>	1	7.12	
-----	--	---	--	---	------	--

15.	Гимнастика с элементами акробатики. Лазание и перелезание. Т.Б.	<p><i>ОСНОВНАЯ И ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППЫ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Знать названия гимнастических упражнений (лазание, перелезание)</li> <li>• Демонстрировать технику упражнений в лазанье и перелезание.</li> <li>• Преодолевать полосу препятствий с лазаньем и перелезанием в стандартных и вариативных условиях.</li> <li>• Демонстрировать технику лазанья по наклонной скамейке в упоре стоя на коленях, в упоре лежа, лежа на животе, подтягиваясь руками; Демонстрируют перелезание через гимнастического козла и другие препятствия.</li> <li>• Выполнять ранее разученные передвижения по гимнастической стенке в стандартных и изменяющихся условиях.</li> <li>• Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений на гимнастических снарядах.</li> </ul>	<p><i>Залезть, перелезть, подлезть. Лазать по канату. Залезать на гимнастическую стенку (на стул). Залезть на козла. Подлезть под козла. Перелезть через козла.</i></p>	1	8.12	
16.	<b>Зачет (экспресс – тесты:</b> подтягивание в висе лежа, наклон вперед из положения сидя на полу).	<p><i>СПЕЦИАЛЬНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ГРУППА:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Выполнять упражнения на лазанье и перелезание (см. осн. и подг. гр.) без соревновательной деятельности и учитывая индивидуальные особенности каждого ребенка;</li> <li>• Выполнять комплексы упражнений физкультминутки для профилактики утомления крупных (туловища) и мелких (пальцев) мышечных групп.</li> </ul> <p><b><i>Исключаются упражнения, противопоказанные медиками каждому учащемуся индивидуально.</i></b></p>			1	13.12



17.	Гимнастика с элементами акробатики. Опорный прыжок через гимнастического козла. Т.Б.	<p><i>ОСНОВНАЯ И ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППЫ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Выполнять подводящие упражнения на матах: Опорные прыжки на горку матов.</li> <li>• Выполнять подводящие упражнения для освоения техники опорного прыжка напрыгиванием с последующим спрыгиванием.</li> <li>• Демонстрировать технику выполнения опорного прыжка напрыгиванием с последующим спрыгиванием в условиях учебной деятельности.</li> <li>• Демонстрировать вскок упор стоя на коленях и соскок взмахом рук.</li> </ul>		1	14.12	
18.	Гимнастика с элементами акробатики. Опорный прыжок через гимнастического козла.			1	15.12	
19.	Гимнастика с элементами акробатики. Опорный прыжок через гимнастического козла. <b>Зачет.</b>			1	20.12	
20.	Подвижные игры на материале гимнастики с элементами акробатики и на материале оздоровительной корригирующей гимнастики.	<p><i>ОСНОВНАЯ И ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППЫ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Выполнять ранее изученные элементы оздоровительной и корригирующей гимнастики.</li> <li>• Перечислять названия и правила игр, инвентарь.</li> <li>• Соблюдать правила поведения и безопасности.</li> <li>• Демонстрировать свои физические возможности и способности, технику выполнения освоенных двигательных действий.</li> </ul> <p><i>СПЕЦИАЛЬНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ГРУППА:</i> <b>Исключаются упражнения, противопоказанные медиками каждому учащемуся индивидуально.</b></p>	Повторение материала ранее изученных тем	1	21.12	
21.	Флорбол. Передача и прием мяча. Т.Б.	<p><i>ОСНОВНАЯ И ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППЫ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Знать названия инвентаря (клюшка, мяч).</li> <li>• Демонстрировать передачу мяча в парах и тройках (на расстоянии 2—3 м).</li> <li>• Демонстрировать прием мяча.</li> </ul>	Клюшка, мяч, флорбол.	1	22.12	
22.	Флорбол. Броски мяча. Отбор мяча.			1	27.12	
23.	Флорбол. Игра по упрощенным правилам.			1		

24.	Флорбол. Игра по упрощенным правилам.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Выполнять разученные технические приёмы игры в флорбол в стандартных и вариативных (игровых) условиях.</li> <li>• Организовывать игру в флорбол, играть по Флорбол. Игра по упрощенным правилам.упрощённым правилам в условиях активного отдыха и досуга.</li> <li>• Называть спортивные игры, элементарные правила спортивных игр.</li> </ul> <p><i>СПЕЦИАЛЬНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ГРУППА:</i> То же, что и в основной и подготовительной группах, исключая соревновательную деятельность и упражнения, противопоказанные медиками индивидуально.</p>		1	
<b>Итого:</b>				<b>22ч</b>	

### *III четверть (30 часов)*

№ п/п	Тема	Характеристика учебной деятельности обучающихся (основные виды учебной деятельности обучающихся)	Речевой материал	Кол-во часов	Сроки выполнения	
					План	Факт
1.	Вводный инструктаж по охране труда. Техника безопасности по лыжной подготовке и спортивными играми. Правила проведения закаливающих процедур.	<p>Изучать основные требования к одежде и обуви во время занятий. Требования к температурному режиму, понятия об обморожении.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Проводить закаливающие процедуры с использованием воздушных и солнечных ванн, купания в естественных водоёмах.</li> <li>• Выполнять правила закаливающих процедур и соблюдать меры безопасности во время их проведения.</li> </ul>	Лыжи, <i>лыжный, костюм</i> , ботинки.	1	10.01	
				В процессе уроков		

2.	Комплексы упражнений утренней зарядки. Корректирующие упражнения и игры с предметами.	<p><i>ОСНОВНАЯ И ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППЫ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Разучивать и выполнять упражнения комплекса утренней зарядки.</li> <li>• Соблюдать последовательность и дозировку включаемых в комплексы упражнений.</li> <li>• Называть и демонстрировать виды основных положений и движений рук: вверх, вниз, в стороны, вперед, на пояс, к плечам, за спину, перед грудью и т.п.</li> <li>• Называть и демонстрировать виды основных положений и движений ног: ноги вместе, на ширине плеч, шире плеч.</li> <li>• Называть и демонстрировать виды основных положений и движений туловища: наклоны вперед, назад, в стороны, повороты</li> </ul> <p><i>СПЕЦИАЛЬНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ГРУППА:</i> То же, что и в основной и подготовительной группах, исключая соревновательную деятельность и упражнения, противопоказанные медиками индивидуально.</p>	Встать, круг, правое, левое, носки, пятки, рука, нога, голова, поднять, опустить, наклонить, повернуть, сесть, вверх, пояс.	1	11.01	
3.	Лыжная подготовка. Попеременный двухшажный ход без палок Т.Б.	<p><i>ОСНОВНАЯ И ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППЫ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Понимать значение занятий лыжами для здоровья.</li> <li>• Знать названия инвентаря (лыжи, ботинки, палки), действий (скользить).</li> </ul>	<p><i>Надеть лыжный костюм (ботинки). Дайте мне, пожалуйста, лыжи. Одеться тепло. На улице холодно. Идти на лыжах (с палками, без палок). Я иду быстро (медленно). Идти одинаково.</i></p>	1	12.01	
4.	Лыжная подготовка. Попеременный двухшажный ход без палок до 2 км	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Демонстрировать технику выполнения попеременного двухшажного хода без палок в процессе прохождения учебной дистанции.</li> <li>• Соблюдать требования к одежде и обуви во время занятий.</li> </ul>		1	17.01	
5.	Лыжная подготовка. Попеременный	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Соблюдать технику безопасности при занятиях</li> </ul>		1	18.01	

	двухшажный ход без палок до 2 км <b>Зачет.</b>	лыжами. <i>СПЕЦИАЛЬНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ГРУППА:</i> То же, что и в основной и подготовительной группах, исключая соревновательную деятельность и упражнения, противопоказанные медиками индивидуально.				
6.	Лыжная подготовка. Повороты переступанием в движении. Т.Б.	<i>ОСНОВНАЯ И ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППЫ:</i> • Демонстрировать технику поворотов переступанием в движении.		1	19.01	
7.	Лыжная подготовка. Повороты переступанием в движении. <b>Зачет.</b>	<i>СПЕЦИАЛЬНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ГРУППА:</i> • То же, что и в основной и подготовительной группах, исключая соревновательную деятельность и упражнения, противопоказанные медиками индивидуально.		1	24.01	
8.	Лыжная подготовка. Торможение плугом и упором.	<i>ОСНОВНАЯ И ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППЫ:</i> • Демонстрировать технику торможения плугом и упором.		1	25.01	
9.	Лыжная подготовка. Торможение плугом и упором. <b>Зачет.</b>	<i>СПЕЦИАЛЬНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ГРУППА:</i> • То же, что и в основной и подготовительной группах, исключая соревновательную деятельность и упражнения, противопоказанные медиками индивидуально.		1	26.01	
10.	Лыжная подготовка. Попеременный двухшажный ход с палками.	<i>ОСНОВНАЯ И ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППЫ:</i> • Демонстрировать технику выполнения попеременного двухшажного хода с палками в процессе прохождения учебной дистанции.	Идти на лыжах (с палками, без палок). Я иду быстро (медленно). Идти одинаково. <i>Прямо,</i>	1	31.01	
11.	Лыжная подготовка. Попеременный двухшажный ход с палками до 2 км.	• Соблюдать требования к одежде и обуви во время занятий. • Соблюдать технику безопасности при занятиях	<i>быстро, медленно, далеко, попеременно, двухшажный, ход. Это попеременный</i>	1	1.02	

		лыжами.				
12.	Лыжная подготовка. Попеременный двухшажный ход с палками до 2 км. <b>Зачет</b> (техника выполнения попеременного двухшажного хода).	<i>СПЕЦИАЛЬНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ГРУППА:</i> То же, что и в основной и подготовительной группах, исключая соревновательную деятельность и упражнения, противопоказанные медиками индивидуально.	<i>двухшажный ход (показать). Идти попеременным двухшажным ходом. Бежать попеременным двухшажным ходом.</i>	1	2.02	
13.	Лыжная подготовка. Спуски с пологих склонов. Т.Б.	<i>ОСНОВНАЯ И ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППЫ:</i> • Демонстрировать технику спуска с пологих склонов.	<i>Подъем, стойка. Высокая стойка, низкая стойка, подняться.</i>	1	7.02	
14.	Лыжная подготовка. Спуски с пологих склонов.	<i>СПЕЦИАЛЬНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ГРУППА:</i> То же, что и в основной и подготовительной группах, исключая соревновательную деятельность и упражнения, противопоказанные медиками индивидуально.		1	8.02	
15.	Лыжная подготовка. Подъем «лесенкой» и «елочкой». Т.Б.	<i>ОСНОВНАЯ И ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППЫ:</i> • Демонстрировать технику подъема «лесенкой» и «елочкой» <i>СПЕЦИАЛЬНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ГРУППА:</i> То же, что и в основной и подготовительной группах, исключая соревновательную деятельность и упражнения, противопоказанные медиками индивидуально.	<i>Высокая стойка, низкая стойка. Спуск. Спуститься.</i>	1	9.02	
16.	Лыжная подготовка.	<i>ОСНОВНАЯ И ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППЫ:</i>	<i>Идти на лыжах (с палками, без палок). Я иду быстро (медленно). Идти одинаково.</i>	1	14.02	
17.	Передвижение на лыжах	• Демонстрировать технику выполнения разученных способов передвижения на лыжах.		1	15.02	
18.	до 2,5 км с равномерной скоростью.	• Варьировать способы передвижения на лыжах в		1	16.02	
19.				1	21.02	

20.		зависимости от особенностей лыжной трассы. <i>СПЕЦИАЛЬНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ГРУППА:</i>		1	22.02	
21.				1	28.02	
22.	Лыжная подготовка. Передвижение на лыжах. <b>Зачет</b> (прохождение дистанции 2,5 км любым изученным способом без учета времени)	То же, что и в основной и подготовительной группах, исключая соревновательную деятельность и упражнения, противопоказанные медиками индивидуально.		1	29.02	
23.	Баскетбол. Специальные передвижения без мяча. Т.Б.	<i>ОСНОВНАЯ И ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППЫ:</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Овладевать названием игры (баскетбол).</li> <li>• Выполнять специальные передвижения баскетболиста в условиях учебной и игровой деятельности.</li> <li>• Демонстрировать передвижения: приставными шагами правым и левым боком, бегом спиной вперёд. Остановка в шаге и прыжком</li> </ul> <i>СПЕЦИАЛЬНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ГРУППА:</i> То же, что и в основной и подготовительной группах, исключая соревновательную деятельность и упражнения, противопоказанные медиками индивидуально.	Баскетбол, бег, бегать, <i>подбросить</i> , бросить, <i>перебросить</i> , нога, левая, правая, <i>бросок</i> , плечо, <i>вести, отскок</i> , мяч, <i>ведение мяча. ловить мяч, бросать мяч. Я поймал мяч. Я бросил мяч. Правое (левое) плечо. Вести девочку (мальчика) за руку. Вести мяч на месте. Мяч отскочил.</i>	1	1.03	
24.	Баскетбол. Передачи и ловля мяча. <b>Зачет</b> (техника).	<i>ОСНОВНАЯ И ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППЫ:</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Овладевать названиями действий (ловить и передавать мяч).</li> <li>• Демонстрировать технику ловли и передачи мяча двумя руками снизу и от груди в условиях игровой и соревновательной деятельности.</li> <li>• Демонстрировать ловлю и передачу мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах.</li> </ul>		1	6.03	

		<ul style="list-style-type: none"> <li>Закреплять и совершенствуют навыки передачи, ловли посредством подвижных игр «Гонка мячей по кругу», «Овладей мячом» и др.</li> </ul> <p><b>СПЕЦИАЛЬНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ГРУППА:</b> То же, что и в основной и подготовительной группах, исключая соревновательную деятельность и упражнения, противопоказанные медиками индивидуально.</p>			
25.	Баскетбол. Ведение мяча. <b>Зачет (техника).</b>	<p><i><b>ОСНОВНАЯ И ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППЫ:</b></i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Овладевать названиями инвентаря (мяч), действий (ведение мяча).</li> <li>Выполнять ведение мяча, стоя на месте.</li> <li>Выполнять ведение мяча с продвижением шагом вперёд.</li> <li>Демонстрировать ведение мяча (правой и левой рукой) с продвижением вперёд; с изменением направления и скорости.</li> </ul> <p><b>СПЕЦИАЛЬНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ГРУППА:</b> То же, что и в основной и подготовительной группах, исключая соревновательную деятельность и упражнения, противопоказанные медиками индивидуально.</p>	1	7.03	
26.	Баскетбол. Броски мяча в корзину. <b>Зачет (техника).</b>	<p><i><b>ОСНОВНАЯ И ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППЫ:</b></i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Овладевать названиями действий (бросать мяч).</li> <li>Демонстрировать броски в цель (кольцо, щит, обруч, вертикальную и горизонтальную цель)</li> <li>Закреплять и совершенствовать навыки броска мяча посредством подвижных игр «Подвижная цель», «Быстро и точно» и др.</li> </ul> <p><b>СПЕЦИАЛЬНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ГРУППА:</b></p>	1	13.03	

		То же, что и в основной и подготовительной группах, исключая соревновательную деятельность и упражнения, противопоказанные медиками индивидуально.			
27.	<b>Экспресс – тесты:</b> поднимание туловища, прыжки через скакалку, отжимания.	Выполняют на результат: поднимание туловища, прыжки через скакалку, отжимания.		1	14.03
28.	<b>Экспресс – тесты:</b> поднимание туловища, прыжки через скакалку, отжимания.			1	15.03
29.	Подвижные игры на материале игры в баскетбол. Т.Б.	<p><i>ОСНОВНАЯ И ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППЫ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Организовывать игру в баскетбол, играть по упрощённым правилам в условиях активного отдыха и досуга.</li> <li>• Закреплять и совершенствовать навыки передачи, ловли, ведения и броска мяча посредством подвижных игр «Гонка мячей по кругу», «Овладей мячом», «Подвижная цель», «Быстро и точно», «Игры с ведением мяча», «Борьба за мяч», «Перестрелка», «Мини-баскетбол».</li> </ul> <p><i>СПЕЦИАЛЬНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ГРУППА:</i></p> <p>То же, что и в основной и подготовительной группах, исключая соревновательную деятельность и упражнения, противопоказанные медиками индивидуально.</p>		1	20.03
30.	Подвижные игры на материале игры в баскетбол.		Баскетбол, бег, бегать, <i>подбросить</i> , бросить, <i>перебросить</i> , нога, левая, правая, <i>бросок</i> , плечо, <i>вести, отскок</i> , мяч, <i>ведение мяча. ловить мяч, бросать мяч. Я поймал мяч. Я бросил мяч. Правое (левое) плечо. Вести девочку (мальчика) за руку. Вести мяч на месте. Мяч отскочил.</i>	1	21.03
31.	Подвижные игры на материале игры в баскетбол.			1	22.03
<b>Итого:</b>			<b>31ч</b>		



### Календарно-тематическое планирование на III четверть (замена уроков лыжной подготовки)

№	Тема	Характеристика учебной деятельности обучающихся (основные виды учебной деятельности обучающихся)	Речевой материал	Кол-во часов	План	Факт
Спортивные игры						
1	Флорбол. Школа мяча.	Демонстрируют: правильный хват клюшки. Упражнения с клюшкой (имитационные движения клюшкой без мяча, упражнения с использованием мяча на месте и в движении). Удар клюшкой по неподвижному и катящемуся мячу. Передача мяча в парах и тройках (на расстоянии 2—3 м). Прием мяча. Овладевают названием инвентаря (клюшка, мяч).	Клюшка, мяч, бросать мяч, передать мяч, <i>флорбол.</i>	7		
2	Волейбол. Школа мяча.	Демонстрируют подбрасывание и ловлю мяча индивидуально, в парах, тройках, стоя на месте и в движении, броски на заданное расстояние и высоту. Овладевают названием инвентаря (клюшка, мяч).	Волейбол. Мяч. Бросать, ударить, <i>Бросить мяч вперед. Ударить мячом о стенку (об пол). Отбивать мяч рукой.</i>	6		
3	Футбол. Школа мяча.	Демонстрируют технику выполнения ранее разученных приёмов игры в футбол (повторить материал I класса). Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы. Ведение мяча внутренней и внешней частью подъёма по прямой линии и дуге, «змейкой» между стойками. Овладевают названием инвентаря (клюшка, мяч).	Футбол, мяч, бросить, поймать, взять, играть, далеко. Я взял мяч. Он бросил мяч. Она поймала мяч. Я играю в мяч	6		
<b>Итого:</b>				<b>19 ч</b>		

**IV четверть (22 часа)**

№ п/п	Тема	Характеристика учебной деятельности обучающихся (основные виды учебной деятельности обучающихся)	Речевой материал	Кол-во часов	Сроки выполнения	
					План	Факт
1.	Вводный инструктаж по охране труда. Техника безопасности по легкой атлетике, спортивным и подвижным играм. Связь физической культуры с трудовой деятельностью.	Изучать технику безопасности по легкой атлетике, подвижным и спортивным играм.	Правила, судья, победитель, <i>соревнование, награждение</i>	1	3.04	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Определять назначение утренней зарядки, физкультминуток, их роль и значение в организации здоровьесберегающей жизнедеятельности (их влияние на самочувствие и работоспособность человека).</li> <li>• Определять признаки положительного влияния занятий физкультурой на успехи в труде и учебе.</li> </ul>				
2.	Легкая атлетика. Прыжок в высоту. Т.Б.	<p><b>ОСНОВНАЯ И ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППЫ:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Знать названия инвентаря (стойка, планка, маты), действий (прыгать с высоты, прыгать в высоту).</li> <li>• Описывать технику выполнения прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание».</li> <li>• Демонстрировать технику прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание» в условиях учебной деятельности (планка устанавливается на высоте 60—70 см).</li> </ul> <p><b>СПЕЦИАЛЬНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ГРУППА:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Овладевать названиями инвентаря (стойка, планка, маты), действий (прыгать с высоты,</li> </ul>	Прыгать. Прыгать на месте. Прыгать вверх. <i>Я прыгнул выше.</i>	1	4.04	
3.	Легкая атлетика. Прыжок в высоту.			1	5.04	
4.	Легкая атлетика. Прыжок в высоту. <b>Зачет.</b>			1	10.04	

		<p>прыгать в высоту).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Описывать технику выполнения прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание».</li> <li>• Демонстрировать технику прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание» в условиях учебной деятельности (выполняется по допуску врача).</li> <li>• Выполнять упражнения с различным типом дыхания (грудной, брюшной и смешанный типы), выполняемые в различных исходных положениях.</li> </ul> <p><b>Исключаются упражнения, противопоказанные медиками каждому учащемуся индивидуально.</b></p>				
5.	Легкая атлетика. Метание мяча. Т.Б.	<p><b>ОСНОВНАЯ И ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППЫ:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Знать названия действий (метание мяча).</li> </ul>	Далеко, цель, метать. Метать мяч. Малый мяч.	1	11.04	
6.	Легкая атлетика. Метание мяча. <b>Зачет.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Выполнять метание малого мяча на максимально возможный результат.</li> <li>• Демонстрировать технику метания теннисного мяча на дальность точность, по направлению.</li> <li>• Соблюдать технику метания малого мяча;</li> </ul> <p><b>СПЕЦИАЛЬНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ГРУППА:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• См. основную и подготовительную группы.</li> <li>• Упражнения на профилактику нарушений зрения.</li> </ul> <p><b>Исключаются упражнения, противопоказанные медиками каждому учащемуся индивидуально.</b></p>	Метать мяч далеко.	1	12.04	
7.	Легкая атлетика. Бросок набивного мяча. <b>Зачет, 1кг.</b> Т.Б.	<p><b>ОСНОВНАЯ И ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППЫ:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Демонстрировать технику броска набивного мяча из-за головы, от груди, снизу вперед-вверх, из положения стоя грудью в направлении метания, с шага на дальность и заданное расстояние</li> </ul>		1	17.04	

		<p>(выполняется по допуску врача).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Демонстрировать технику броска большого мяча (набивной - 1 кг) на дальность разными способами.</li> <li>• Соблюдать технику броска большого мяча.</li> </ul> <p><b>СПЕЦИАЛЬНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ГРУППА:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Демонстрировать технику броска набивного мяча из-за головы, от груди, снизу вперед-вверх, из положения стоя грудью в направлении метания, с шага на дальность и заданное расстояние (выполняется по допуску врача).</li> </ul> <p><b>Исключаются упражнения, противопоказанные медиками каждому учащемуся индивидуально</b></p>				
8.	Легкая атлетика. Бег на короткие дистанции. Высокий старт. Т.Б.	<p><b>ОСНОВНАЯ И ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППЫ:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Совершенствовать высокий старт в беговых упражнениях на короткие дистанции в условиях игровой и соревновательной деятельности.</li> </ul>	Бег, бегать, кроссовки. Я бегу прямо. Бежать быстро.	1	18.04	
9.	Легкая атлетика. Низкий старт. Бег 30 метров - зачет.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Описывать технику низкого старта.</li> <li>• Демонстрировать технику выполнения низкого старта по команде стартера.</li> <li>• Выполнять стартовое ускорение из положения низкого старта в условиях учебной и игровой деятельности.</li> <li>• Выполнять финиширование в беге на спринтерские дистанции (30 и 60 м).</li> </ul> <p><b>СПЕЦИАЛЬНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ГРУППА:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Совершенствовать высокий старт в беговых упражнениях на короткие дистанции в условиях учебной и игровой деятельности.</li> <li>• Описывать технику низкого старта.</li> <li>• Демонстрировать технику выполнения низкого</li> </ul>	Бег, бегать, кроссовки. Я бегу прямо. Бежать быстро.	1	19.04	

		<p>старта по команде стартера.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Выполнять стартовое ускорение из положения низкого старта в условиях учебной и игровой деятельности.</li> <li>• Выполнять финиширование в беге на спринтерские дистанции (30 и 60 м) без учета времени.</li> </ul> <p><b>Исключаются упражнения, противопоказанные медиками каждому учащемуся индивидуально.</b></p>				
10.	Легкая атлетика. Бег на короткие дистанции – 60 метров.	<p><b>ОСНОВНАЯ И ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППЫ:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Выполнять равномерный медленный (до 5-6 мин) бег, кросс до 1 км</li> </ul>	Бег, бегать, кроссовки. Я бегу прямо. <i>Бежать прямо.</i> Бежать быстро (медленно).	1	24.04	
11.	Легкая атлетика. Равномерный бег. Тест Купера - <b>зачет.</b> Т.Б.	<p><b>СПЕЦИАЛЬНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ГРУППА:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Выполнять равномерный медленный (без учета времени) бег.</li> <li>• Упражнение на чередование напряжения и расслабления мышц.</li> </ul> <p><b>Исключаются упражнения, противопоказанные медиками каждому учащемуся индивидуально.</b></p>		1	25.04	
12.	Волейбол. Подбрасывание мяча Т.Б.	<p><b>ОСНОВНАЯ И ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППЫ:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Знать названия инвентаря (мяч), игры (волейбол), действий (передача мяча).</li> <li>• Демонстрировать технику выполнения подбрасывания мяча на заданную высоту.</li> <li>• Демонстрировать технику выполнения прямой подачи снизу, сбоку.</li> <li>• Выполнять разученные технические приёмы игры в волейбол в стандартных и вариативных (игровых) условиях.</li> </ul> <p><b>СПЕЦИАЛЬНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ГРУППА:</b></p>	Волейбол. Мяч. <i>Отбивать мяч рукой.</i> <i>Подбросить мяч вверх.</i> <i>Бросить мяч в стену.</i> <i>Перебросить мяч через сетку.</i>	1	27.04	
13.	Волейбол. Приём и передача мяча			1	2.05	
14.	Волейбол. Приём и передача мяча.			1	3.05	
15.	Волейбол. Подача мяча.			1	8.05	
16.	Волейбол. Игры по упрощенным правилам.			1	15.05	

		То же, что и в основной и подготовительной группах, исключая соревновательную деятельность и упражнения, противопоказанные медиками индивидуально.				
17.	<b>Экспресс – тесты:</b> поднимание туловища, челночный бег с кубиком 3x10, прыжок в длину с места.	Выполнять на результат: поднимание туловища, челночный бег с кубиком 3x10, прыжок в длину с места.	Пресс, прыгать, прыжок.	1	16.05	
18.	Футбол. Ведение мяча. Т.Б.	<b>ОСНОВНАЯ И ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППЫ:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Знать названия инвентаря (мяч), игры (футбол), действий (ведение, остановка, передача мяча).</li> <li>• Демонстрировать технику удара внутренней стороной стопы («щёчкой») и передачу мяча в парах и тройках в стандартных и изменяющихся (игровых) условиях.</li> <li>• Совершенствовать технику выполнения ударов внутренней стороной стопы («щёчкой») по неподвижному мячу с места и разбега, передачи мяча в парах и тройках в условиях учебной и игровой деятельности.</li> <li>• Демонстрировать технику ведения мяча внутренней и внешней частью подъёма по прямой линии и дуге, «змейкой» между стойками.</li> <li>• Демонстрировать технику остановки мяча.</li> <li>• Выполнять разученные технические приёмы игры в футбол в стандартных и вариативных (игровых) условиях.</li> </ul> <b>СПЕЦИАЛЬНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ГРУППА:</b> То же, что и в основной и подготовительной группах,	Футбол, мяч, бросить, поймать, взять, играть, далеко. Я взял мяч. Он бросил мяч. Она поймала мяч. Я играю в мяч	1	17.05	
19.	Футбол. Удар по неподвижному и катящемуся мячу.			1	22.05	
20.	Футбол. Остановка мяча.			1	23.05	
21.	Футбол. Игры по упрощенным правилам.			1	24.05	

		исключая соревновательную деятельность и упражнения, противопоказанные медиками индивидуально.			
<b>Итого:</b>			<b>21ч</b>		
<b>Резервное время:</b>			<b>5ч</b>		
<b>Итого за год:</b>			<b>101ч</b>		

### Речевой материал для учащихся

**Слова:** встать, круг, правое, левое, плечо, носки, пятки, рука, нога, голова, сесть, вверх, мяч, бросить, поймать, взять, играть, скамейка, бить, стенка, лазать, перелезть, пол, козел, стойка, стоять, линия, веревка, шагать, ходить, бег, мах, тапки, прыгать, скакалка, дальше, выше, малый, цель, метать, лыжи, палки, лыжня, холодно, тепло, кататься, снять, поставить.

**Фразы:** Я стою. Это круг. Я встал в круг. Встать на носки (пятки). Повернуться налево (направо). Я поднял вверх (опустил) руку (ногу, голову). Он наклонил голову. Мы повернули направо (налево). Все сели. Мы сидим. Они стоят. Я взял мяч (...). Он бросил мяч. Она поймала мяч. Я играю с мячом. Спина ровная. Руки на поясе. Сесть (встать) на скамейку. Я иду быстро (медленно). Я лазаю по стенке. Я залез на стенку (на козла, скамейку). Стойка на носках. Я стою на пятках. Прямая линия. Ходить шагом. Я бегу прямо. Махи руками. Он подбежал к стенке (скамейке). Мы надели тапочки. Бежать быстро. Прыгать на месте. Прыгать вверх. Прыгать через скакалку. Прыгнуть вперед. Я прыгнул выше. Он прыгнул дальше. Метать мяч. Малый мяч. Метать мяч правой (левой) рукой. Метать мяч в цель. Взять лыжи. Лыжные палки. Одеться тепло. На улице холодно. Кататься по лыжне. Лыжи поставить на место.

(Слова и фразы, выделенные другим шрифтом, обязательны только для понимания).

#### Разговорная речь:

- Дайте мне .....
- Возьмите...
- Извините меня;
- Можно зайти в зал;
- Помоги (те) мне;



Лист коррекции программы

№ п/ п	Тема, дата пропущенных уроков	Кол-во часов по теме		Причина пропуска	Изменения в КТП, форма коррекции, даты
		план	факт		