

Кущёвский район, ст. Кущёвская

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 1 им. Н.И.Кондратенко

УТВЕРЖДЕНО  
решением педсовета протокол № 1  
от «31» августа 2017 года  
Председатель педсовета  
И. И. Карякина



## АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по физической культуре

ступень обучения (класс) начальное 2 класс

количество часов 102ч

учитель: Мартиросян С.Ш.

Программа разработана на основе ФГОС НОО и ФГОС ООО, примерной адаптированной программы основного общего образования МАОУ СОШ № 1 им. Н.И.Кондратенко, программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида для подготовительного и 1-4 классов 2013г., программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида 2011г. Под редакцией доктора педагогических наук, профессора В.В.Воронковой.

## Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа для 2 класса по предмету «Физическая культура» составлена на основе следующих нормативно-правовых документов:

- Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся МАОУ СОШ № 1 им. Н.И.Кондратенко с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями, вариант 1);
- ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) вариант 1;
- Учебного плана МАОУ СОШ № 1 им. Н.И.Кондратенко;
- Методических рекомендаций по составлению рабочих программ учебных предметов, курсов в соответствии с требованиями ФГОС НОО обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью. Рекомендованы к использованию решением учебно-методического объединения в системе общего образования Краснодарского края (протокол № 2 от 14.04.2016).
- Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида для подготовительного и 1-4 классов 2013г. Под редакцией доктора педагогических наук, профессора В.В.Воронковой.
- Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида 2011г. Под редакцией доктора педагогических наук, профессора В.В.Воронковой.

Рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура» разработана с учетом особенностей психофизического развития индивидуальных возможностей обучающихся с ОВЗ.

### 2. Общая характеристика учебного предмета

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

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

### **Основные задачи изучения предмета:**

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

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

### **Место учебного предмета в учебном плане**

На освоение рабочей программы по физической культуре с 1 по 4 классы отводится 405 часов, в 1-х классах – 99 часов в год - 3 часа в неделю (33 учебные недели), во 2-4-х классах по 102 часа в год – по 3 часа в неделю (34 учебные недели).

Класс	Количество часов	
	В неделю	В год
1	3	99
2	3	102
3	3	102
4	3	102

### 3. Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета

Физическая культура в специальном (коррекционном) образовательном учреждении VIII вида является составной частью всей системы работы с умственно отсталыми обучающимися. Физическое воспитание осуществляется в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим воспитанием и трудовым обучением, занимает одно из ведущих мест в подготовке учащихся с ограниченными возможностями здоровья к самостоятельной жизни и производственному труду.

Физическая культура способствует формированию положительных личностных качеств, является одним из средств успешной социальной интеграции детей в общество. В процессе освоения предметного курса у обучающихся укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности. Таким образом, система физического воспитания, объединяющая все формы занятий физическими упражнениями, должна способствовать социализации обучающегося в обществе, формированию его духовных способностей.

Особенность изучаемого курса состоит в том, что программа составлена на основе знаний о физическом развитии и подготовленности, психофизических и интеллектуальных способностей обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

Отличительной чертой данного курса является то, что на уроках физкультуры следует систематически воздействовать на развитие таких двигательных качеств, как сила, быстрота, ловкость, выносливость, гибкость, вестибулярная устойчивость (ориентировка в пространстве и во времени при различной интенсивности движений).

Особенностью организации учебного процесса по данному курсу является:

- принцип коррекционной направленности обучения;
- принцип индивидуализации и дифференциации процесса обучения;
- оптимистическая перспектива.

Обучающиеся с ограниченными возможностями здоровья на уроках физической культуры отличаются чрезмерной двигательной реактивностью, интенсивной эмоциональной напряжённостью, ярким проявлением негативного отношения к занятиям и даже к окружающим, обучающимся и учителям. Учитель свои требования должен сочетать с уважением личности обучающегося, учётом уровня его физического развития и физической подготовки. Определяя содержание занятий, следует исходить из конкретных задач обучения и особенностей контингента обучающихся.

Обучающиеся, отнесённые по состоянию здоровья к специальной медицинской группе, по желанию и по заключению врача могут заниматься с классом, им разрешается участие в занятиях под особым контролем учителя, с определёнными ограничениями. Характерной особенностью детей с ограниченными возможностями здоровья является наличие у них разнообразных нарушений психического и физического развития,

обусловленных органическим поражением центральной нервной системы различной этиологии, возникающих на разных возрастных этапах индивидуального развития.

#### **4. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета**

Личностные результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

- Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

- Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- Общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- Обеспечивать защиту и сохранность природы во время занятий физической культурой;
- Организовывать самостоятельную деятельность. Анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда;
- Видеть красоту движений;
- Управлять эмоциями при общении.
- Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

- Организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- Представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- Знать основы ЗОЖ и стремиться вести ЗОЖ;
- Оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно. Бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности в местах проведения;
- Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований; Выполнять акробатические и гимнастические комбинации по своим психофизическим возможностям;
- Выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

- Выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся вариативных условиях. умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения; умение организовать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками;
- Предметные результаты характеризуют опыт обучающихся в творческой двигательной деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура»

### **Планируемые результаты освоения учебного предмета**

Минимальный и достаточный уровни усвоения предметных результатов по учебному предмету на конец обучения в младших классах

#### Минимальный уровень:

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

выполнение комплексов утренней гимнастики под руководством учителя;

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

выполнение несложных упражнений по словесной инструкции при выполнении строевых команд;

представления о двигательных действиях; знание основных строевых команд; подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;

ходьба в различном темпе с различными исходными положениями;

взаимодействие со сверстниками в организации и проведении подвижных игр, элементов соревнований; участие в подвижных играх и эстафетах под руководством учителя;

знание правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

#### Достаточный уровень:

практическое освоение элементов гимнастики, легкой атлетики, лыжной подготовки, спортивных и подвижных игр и других видов физической культуры;

самостоятельное выполнение комплексов утренней гимнастики;

владение комплексами упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища; участие в оздоровительных занятиях в режиме дня (физкультминутки);

выполнение основных двигательных действий в соответствии с заданием учителя: бег, ходьба, прыжки и др.;

подача и выполнение строевых команд, ведение подсчёта при выполнении общеразвивающих упражнений.

совместное участие со сверстниками в подвижных играх и эстафетах;

оказание посильной помощи и поддержки сверстникам в процессе участия в подвижных играх и соревнованиях;

знание спортивных традиций своего народа и других народов;

знание способов использования различного спортивного инвентаря в основных видах двигательной активности и их применение в практической деятельности;

знание правил и техники выполнения двигательных действий, применение усвоенных правил при выполнении двигательных действий под руководством учителя;

знание и применение правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием в повседневной жизни;

соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

## 5. Содержание учебного предмета

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

Программой предусмотрены следующие виды работы:

— беседы о содержании и значении физических упражнений для повышения качества здоровья и коррекции нарушенных функций;

— выполнение физических упражнений на основе показа учителя;

— выполнение физических упражнений без зрительного сопровождения, под словесную инструкцию учителя;

— самостоятельное выполнение упражнений;

— занятия в тренирующем режиме;

— развитие двигательных качеств на программном материале гимнастики, легкой атлетики, формирование двигательных умений и навыков в процессе подвижных игр.

*Раздел «Лыжная и конькобежная подготовка», заменен на занятия гимнастикой, легкой атлетикой, играми.*

### ***Знания о физической культуре***

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

### ***Гимнастика***

**Теоретические сведения.** Одежда и обувь гимнаста. Элементарные сведения о гимнастических снарядах и предметах. Правила поведения на уроках гимнастики. Понятия: колонна, шеренга, круг. Элементарные

сведения о правильной осанке, равновесии. Элементарные сведения о скорости, ритме, темпе, степени мышечных усилий. Развитие двигательных способностей и физических качеств с помощью средств гимнастики.

### **Практический материал.**

#### Построения и перестроения.

Упражнения без предметов (корректирующие и общеразвивающие упражнения):

основные положения и движения рук, ног, головы, туловища; упражнения для расслабления мышц; мышц шеи; укрепления мышц спины и живота; развития мышц рук и плечевого пояса; мышц ног; на дыхание; для развития мышц кистей рук и пальцев; формирования правильной осанки; укрепления мышц туловища.

#### Упражнения с предметами:

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

### **Легкая атлетика**

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

### **Практический материал:**

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

**Бег.** Перебежки группами и по одному 15—20 м. Медленный бег с сохранением правильной осанки, бег в колонне за учителем в заданном направлении. Чередование бега и ходьбы на расстоянии. Бег на носках. Бег на месте с высоким подниманием бедра. Бег с высоким подниманием бедра и захлестыванием голени назад. Бег с преодолением простейших препятствий (канавки, подлезание под сетку, обегание стойки и т. д.). Быстрый бег на скорость. Медленный бег. Чередование бега и ходьбы. Высокий старт. Бег



прямолинейный с параллельной постановкой стоп. Повторный бег на скорость. Низкий старт. Специальные беговые упражнения: бег с подниманием бедра, с захлестыванием голени назад, семенящий бег. Челночный бег.

*Прыжки.* Прыжки на двух ногах на месте и с продвижением вперед, назад, вправо, влево. Перепрыгивание через начерченную линию, шнур, набивной мяч. Прыжки с ноги на ногу на отрезках до. Подпрыгивание вверх на месте с захватом или касанием висящего предмета (мяча). Прыжки в длину с места. Прыжки на одной ноге на месте, с продвижением вперед, в стороны. Прыжки с высоты с мягким приземлением. Прыжки в длину и высоту с шага. Прыжки с небольшого разбега в длину. Прыжки с прямого разбега в длину. Прыжки в длину с разбега без учета места отталкивания. Прыжки в высоту с прямого разбега способом «согнув ноги». Прыжки в высоту способом «перешагивание».

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

## **Игры**

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

**Практический материал.** *Подвижные игры:*

Коррекционные игры;

Игры с элементами общеразвивающих упражнений:

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

## 6. Тематическое планирование

### 2 класс

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Дата		Базовые учебные действия
			план	факт	
	<b>Легкая атлетика. Теоретические сведения.</b>	<b>1ч</b>			
1	Инструктаж безопасности при занятиях лёгкой атлетикой. Подвижная игра «Гуси-лебеди».	1			
	<b>Лёгкая атлетика. Практический материал.</b>	<b>21ч</b>			
2	Обучение построению в шеренгу и равнение по команде учителя.	1			
3	Выполнение команд: «Равняйсь», «Смирно», «Вольно», «На месте шагом марш», «Класс стой».	1			
4	Выполнение команд: «Равняйсь», «Смирно», «Вольно», «На месте шагом марш», «Класс стой».	1			
5	Выполнение ходьбы с различными положениями рук.	1			
6	Выполнение ходьбы с различными положениями рук.	1			
7	Повторение ходьбы с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра. Подвижная игра «Что изменилось».	1			
8	Обучение ходьбе с изменениями направления по команде учителя. Подвижная игра: «Кошки и мышки».	1			
9	Обучение ходьбе с изменениями направления по команде учителя. Подвижная игра: «Кошки и мышки».	1			
10	Обучение бегу на месте с высоким подниманием бедра, на носках, с преодолением простейших препятствий. Эстафеты.	1			
11	Выполнение медленного бега до 2 минут. Чередование бега и ходьбы.	1			
12	Выполнение медленного бега до 2 минут. Чередование бега и ходьбы.	1			
13	Выполнение медленного бега до 2 минут. Чередование бега и ходьбы.	1			
14	Повторение прыжков на одной ноге на месте, с продвижением вперед, в стороны. Подвижная игра «Удочка».	1			

15	Обучение прыжкам в длину и высоту с шага. Прыжки с небольшого размера в длину.	1			
16	Обучение прыжкам в длину и высоту с шага. Прыжки с небольшого размера в длину.	1			
17	Выполнение броска большого мяча 2-мя руками из-за головы и снизу с места в стену.	1			
18	Выполнение броска большого мяча 2-мя руками из-за головы и снизу с места в стену.	1			
19	Обучение броскам набивного мяча сидя двумя руками из-за головы. Игра: «Говорящий мяч».	1			
20	Обучение броскам набивного мяча сидя двумя руками из-за головы. Игра: «Говорящий мяч».	1			
21	Обучение метанию теннисного мяча с места одной рукой в стену и на дальность. Игра: «Кто дальше бросит»	1			
22	Обучение метанию теннисного мяча с места одной рукой в стену и на дальность. Игра: «Кто дальше бросит»	1			
	<b>Знания о физической культуре.</b>	<b>2ч</b>			
23	Техника безопасности на уроках в спортивном зале. Круговая тренировка.	1			
24	Значение физических упражнений для здоровья человека. Подвижные игры.	1			
	<b>Игры. Практический материал.</b>	<b>15ч</b>			
25-26	Разучивание игры «Музыкальные змейки», «Найди предмет».	2			
27-28	Закрепление игры «Совушка», «Говорящий мяч»	2			
29-30	Повторение игры «Удочка», «Карлики-Великаны».	2			
31-32	Повторение игры «Салки» «Запрещенное движение»	2			
33-34	Подвижные игры «Карлики- Великаны», «Пальмы-бананы», «Пумба-худышка»	2			
35-36	Повторение игры: «Кошки-мышки».	2			
37-38	Повторение игры: «Невод».	2			
39	Повторение игры «Запрещенное движение»	1			
	<b>Гимнастика. Теоретический материал.</b>	<b>1ч</b>			
40	Влияние физкультуры на осанку. Прыжки со скакалкой - учет. Прыжки в длину с места.	1			
	<b>Гимнастика. Практический материал.</b>	<b>24ч</b>			

41	Инструктаж по технике безопасности при занятиях гимнастикой. Подвижная игра «Совушка».	1			
42	Повторение всех видов ранее изученных команд. Расчет по порядку. Ходьба в колонне с левой ноги.	1			
43	Повторение всех видов ранее изученных команд. Расчет по порядку. Ходьба в колонне с левой ноги.	1			
44	Повторение основных положений и движений рук ,ног, туловища, головы.	1			
45	Повторение основных положений и движений рук ,ног, туловища, головы.	1			
46	Выполнение дыхательных упражнений и упражнений для формирования правильной осанки.	1			
47	Выполнение упражнений для развития мышц кистей рук и пальцев и укрепление мышц голеностопных суставов и стоп.	1			
48	Выполнение упражнений для укрепления мышц туловища, упражнения в расслаблении.	1			
49	Разучивание комплекса упражнений с гимнастическими палками.	1			
50	Разучивание комплекса упражнений с гимнастическими палками.	1			
51	Разучивание комплекса упражнений с малыми мячами.	1			
52	Разучивание комплекса упражнений с большими мячами.	1			
53	Обучение лазанию по наклонной гимнастической скамейке одноименным и разноименным способом.	1			
54	Обучение лазанию по гимнастической стенке одноименным и разноименным способом.	1			
55	Выполнение ползания на четвереньках с толканием впереди себя набивного мяча.Подлезание и перелезание через препятствие высотой до 70 см.	1			
56	Выполнение ползания на четвереньках с толканием впереди себя набивного мяча.Подлезание и перелезание через препятствие высотой до 70 см.	1			
57	Обучение ходьбе по гимнастической скамейке на носках с различными положениями рук. Ходьба с предметом в руках.	1			
58	Обучение ходьбе по гимнастической скамейке на носках с различными положениями рук. Ходьба с предметом в руках.	1			

59	Обучение ходьбе по наклонной гимнастической скамейке, боком приставными шагами.	1			
60	Обучение ходьбе по наклонной гимнастической скамейке, боком приставными шагами.	1			
61	Обучение передаче большого мяча в колонне по одному сбоку, назад, вперед. Игра «Мяч вверху».	1			
62	Обучение передаче большого мяча в колонне по одному сбоку, назад, вперед. Игра «Мяч вверху».	1			
63	Выполнение коллективных переносок набивных мячей, гимнастических палок, скамеек.	1			
64	Выполнение коллективных переносок набивных мячей, гимнастических палок, скамеек.	1			
	<b>Игры. Теоретический материал.</b>	<b>1ч</b>			
65	Инструктаж безопасности на уроках физкультуры при занятиях подвижными играми. Беседа: Элементарные правила поведения во время игр.	1			
	<b>Игры. Практический материал.</b>	<b>10ч</b>			
66	Повторение игры «Гуси-лебеди»	1			
67	Повторение игры: «Пустое место».	1			
68	Повторение игры: «Кошки-мышки».	1			
69	Повторение игры: «Невод».	1			
70	Повторение игры «Запрещенное движение»	1			
71	Разучивание игры «Съедобное- не съедобное».	1			
72	Повторение игры «Совушка», «Что изменилось»	1			
73	Разучивание игры «Удочка», «Салки».	1			
74	Разучивание игры: «Говорящий мяч», «Карлики- Великаны».	1			
75	Разучивание игры «запомни порядок», «Что изменилось»	1			
	<b>Лёгкая атлетика. Теоретический материал.</b>	<b>1ч</b>			
76	Инструктаж безопасности при занятиях лёгкой атлетикой. Игра «Говорящий мяч».	1			
	<b>Лёгкая атлетика. Практический материал.</b>	<b>16</b>			
77	Повторение построения в шеренгу и равнение по команде учителя. Выполнение команд: «Равняйся», «Смирно», «Вольно», «На месте шагом марш», «Класс стой».	1			

78	Повторение построения в шеренгу и равнение по команде учителя. Выполнение команд: «Равняйсь», «Смирно», «Вольно», «На месте шагом марш», «Класс стой».	1			
79	Выполнение ходьбы с различными положениями рук. Обучение ходьбе с изменениями направления по команде учителя.	1			
80	Выполнение ходьбы с различными положениями рук. Обучение ходьбе с изменениями направления по команде учителя.	1			
81	Повторение ходьбы с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра. Подвижная игра «Что изменилось».	1			
82	Повторение ходьбы с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра. Подвижная игра «Что изменилось».	1			
83	Обучение бегу на месте с высоким подниманием бедра, на носках, с преодолением простейших препятствий. Эстафеты.	1			
84	Обучение бегу на месте с высоким подниманием бедра, на носках, с преодолением простейших препятствий. Эстафеты	1			
85	Повторение прыжка в длину и высоту с шага. Прыжки с небольшого размера в длину.	1			
86	Повторение прыжка в длину и высоту с шага. Прыжки с небольшого размера в длину.	1			
87	Выполнение броска большого мяча 2-мя руками из-за головы и снизу с места в стену.	1			
88	Выполнение броска большого мяча 2-мя руками из-за головы и снизу с места в стену.	1			
89	Обучение броскам набивного мяча сидя двумя руками из-за головы. Игра: «Говорящий мяч».	1			
90	Обучение броскам набивного мяча сидя двумя руками из-за головы. Игра: «Говорящий мяч».	1			
91	Повторение метания теннисного мяча с места одной рукой в стену и на дальность. Игра: «Кто дальше бросит»	1			

92	Повторение метания теннисного мяча с места одной рукой в стену и на дальность. Игра: «Кто дальше бросит»	1			
	<b>Игры. Практический материал.</b>	<b>10ч</b>			
93-94	Подвижные игры с бегом и прыжками: «У медведя во бору», «Невод».	2			
95-96	Повторение игры «Гуси-лебеди», «Кошки-мышки».	2			
97-98	Повторение игры «Пустое место», «Говорящий мяч».	2			
99	Повторение игры «Совушка»	1			
100	Повторение игры «Удочка», «Салки».	1			
101-102	Разучивание игры «Шишки, желуди, орехи».	2			
	<b>ИТОГО</b>	<b>102</b>			