ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ «ШКОЛА-ИНТЕРНАТ Г. ПУГАЧЕВА»

«Рассмотрено»
На заседании МО учителей гуманитарного цикла
Руководитель МО
Бойкова О.П.
Протокол №1 от 30.08.2024 г.

СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УВР ГБОУ СО «Школа-интернат г. Пугачева»

Драгунова О.И. 30.08.2024 г. УТВЕРЖДЕНО
Директор ия сар
ГБОУ СО «Школаинтернат г. Пугачева»
— мере рабасова М.А.
Приказ №251 от
30.08.2024 голова

Рабочая программа общего образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) Вариант 1

«Адаптивная (физическая культура)»

(1 класс)

І. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) далее ФАООП УО (вариант 1), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. № 1026 (https://clck.ru/33NMkR).

ФАООП УО (вариант 1) адресована обучающимся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом реализации их особых образовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей.

Учебный предмет «Адаптивная физическая культура» относится к предметной области «Физическая культура» и является обязательной частью учебного плана. В соответствии с учебным планом рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 1 классе рассчитана на 33 учебные недели и составляет 99 часов в год (3 часа в неделю).

Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа определяет цель и задачи учебного предмета «Адаптивная физическая культура».

Цель учебного предмета — всестороннее развитие личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в процессе приобщения их к физической культуре, коррекция недостатков психофизического развития, расширение индивидуальных двигательных возможностей, социальной адаптации.

Задачи обучения:

- 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 обучающихся 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.

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 1 классе определяет следующие задачи:

- формирование умения готовиться к уроку;
- формирование представления о колонне, шеренге;
- формирование умения выполнять простейшие строевые действия в колонне и шеренге;

- формирование умения ходить и бегать в различном темпе и определенном ритме;
- формирование умения подпрыгивать на двух ногах и на одной ноге, мягко приземляться в прыжках;
- формирование умения подлезать, пролезать и перелезать через препятствие;
- формирование умения правильно брать контрастные по величине и форме предметы, передавать и переносить их;
- формирование умения действовать целенаправленно в подвижных играх под руководством учителя;
- воспитание доброжелательного отношения к товарищам, смелости
 во время выполнения физических упражнений.

II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

Урочные занятия направлены на углубленное и индивидуальное обучение базовым двигательным действиям.

Обучение адаптивной физической культуре носит практическую направленность и тесно связано с другими учебными предметами, жизненными ситуациями.

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;
- формирование двигательных умений и навыков в процессе подвижных игр.

Урочные занятия по «Адаптивной физической культуре» осуществляются при использовании различных методов:

- формирования знаний (методы слова (информация речевого воздействия)
 ствия) и методы наглядности (информация перцептивного воздействия);
- обучения двигательным действиям (дробление и последовательное освоение частей целостного упражнения);
- развития физических качеств и способностей (для развития скоростных качеств (быстроты) повторный, игровой, вариативный (контрастный), сенсорный методы;
- для развития выносливости равномерный, переменный, повторный, игровой методы;

- для развития координационных способностей элементы новизны
 в изучаемом физическом упражнении (изменение исходного положения,
 направления, темпа, усилий, скорости, амплитуды, привычных условий и
 др.);
 - симметричные и асимметричные движения;
- релаксационные упражнения, смена напряжения и расслабления мышц;
- упражнения на реагирующую способность (сигналы разной модальности на слуховой и зрительный аппарат);
- упражнения на раздражение вестибулярного аппарата (повороты, наклоны, вращения, внезапные остановки, упражнения на ограниченной, повышенной или подвижной опоре);
- упражнения на точность различения мышечных усилий, временных отрезков и расстояния (использование тренажеров для «прочувствования» всех параметров движения, предметных или символических ориентиров, указывающих направление, амплитуду, траекторию, время движения, длину и количество шагов);
- упражнения на дифференцировку зрительных и слуховых сигналов по силе, расстоянию, направлению;
- воспроизведение заданного ритма движений (под музыку, голос, хлопки и т. п.);
- пространственная ориентация на основе кинестетических, тактильных, зрительных, слуховых ощущений (в зависимости от сохранности сенсорных систем);
- упражнения на мелкую моторику кисти (жонглирование предметами, пальчиковая гимнастика и др.);

 парные и групповые упражнения, требующие согласованности совместных действий.

Эффективным методом комплексного развития физических качеств, координационных способностей, эмоционально-волевой и психической сферы лиц с ограниченными возможностями являются следующие методы:

- игровой;
- воспитания личности;
- взаимодействия педагога и обучающихся.

Использование разнообразных средств и методов адаптивной физической культуры служат стимулятором повышения двигательной активности, здоровья и работоспособности, способом удовлетворения потребности в эмоциях, движении, игре, общении, развития познавательных способностей, следовательно, являются фактором гармоничного развития личности, что создает реальные предпосылки социализации.

№ п/п	Название раздела	Количество часов	Контрольные работы (количество)
1.	Знания о физической культуре	В процессе обучения	-
2.	Гимнастика	30	-
3.	Легкая атлетика	36	-
4.	Игры	33	-
	Итого:	99	-

III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные:

- принятие социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;
- принятие себя как обучающегося, заинтересованного посещением занятий адаптивной физической культурой в условиях спортивного зала, на спортивной площадке (на открытом воздухе);
- формирование способности к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей.

Предметные:

Минимальный уровень:

- сформировать первоначальные представления о значении физической культуры для укрепления здоровья человека;
 - уметь выполнять простые инструкции учителя;
 - иметь представление о видах двигательной деятельности;
 - уметь выполнять комплекс упражнений с помощью учителя;
- овладевать начальными двигательными навыками бега, прыжков и метания.

Достаточный уровень:

- сформировать первоначальные представления о значении физической культуры для укрепления здоровья человека;
 - сформировать навыки наблюдения за своим физическим состоянием;
- овладевать элементарными представлениями об основных физических качествах (сила, быстрота, выносливость, координация, гибкость).
 - знать основные правила поведения и техники безопасности на уроке;
 - уметь выполнять команды учителя по словесной инструкции;

- уметь выполнять упражнения для разминки;
- уметь сочетать дыхание с движение во время бега;
- уметь держать постоянный темп в беге;
- уметь пробежать от 300 до 500 м без остановки.

Система оценки достижений

Оценка личностных результатов предполагает, прежде всего, оценку продвижения обучающегося в овладении социальными (жизненными) компетенциями, может быть представлена в условных единицах:

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

Оценка предметных результатов во время обучения в первом классе не проводится. Оценка успеваемости складывается из показателей: отношение обучающегося к уроку, степень овладения физическими упражнениями, качество выполнения упражнений.

Работа обучающихся поощряется и стимулируется использованием качественной оценки: «удовлетворительно», «хорошо», «очень хорошо».

Соотнесение результатов оценочной деятельности, демонстрируемые обучающимися:

- «удовлетворительно» (зачет) задание выполнено от 35% до 50 %;
- «хорошо» задание выполнено от 51% до 65%;
- «очень хорошо» (отлично) задание выполнено свыше 65 %.

IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

	Тема	.B0	Программное	Дифференциация	видов деятельности				
№	предмета	Кол-во	содержание	Минимальный уровень	Достаточный уровень				
	Легкая атлетика– 31 час								
1	Чистота одежды и обуви. Подготовка к уроку физической культуры	1	Беседа о содержании занятий и требованиях к их организации. Выполнение комплекса физкультминутки. Ознакомление с построением парами	Слушают инструктаж и отвечают односложно на вопросы учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Выполняют комплекс физкультминутки. Строятся парами под контролем учителя	Слушают инструктаж и отвечают на вопросы учителя, самостоятельно готовятся к уроку физической культуры (одевают и убирают физкультурную форму). Выполняют комплекс физкультминутки. Строятся парами самостоятельно				
2	Правила поведения на уроках физической культуры. Построение в колонну по одному, равнение в затылок	1	Тренировочные упражнения в быстром переодевании и аккуратном складывании одежды. Ознакомление с построением в колонну. Передвижение в колонне в спортивный зал. Ознакомление с правилами поведения на уроках физиче-	Переодевают и складывают форму с помощью учителя. Выполняют общее построение под контролем учителя. Передвигаются к месту занятий. Слушают объяснение и рассматривают помещение и оборудование спортивного	Самостоятельно готовятся к уроку. Выполняют построение в колонну по указанию учителя. Передвигаются в колонне за учителем. Слушают объяснение и рассматривают помещение и оборудование спортивного зала.				

			ской культуры. Разучивание	зала (с помощью учителя).	Слушают инструктаж и зритель-
			подвижной игры с элемен-	Слушают инструктаж и зри-	но воспринимают образец пове-
			тами общеразвивающих	тельно воспринимают образец	дения на уроках физической
			упражнений	поведения на уроках физиче-	культуры (техника безопасно-
				ской культуры (техника без-	сти).
				опасности). Участвуют в по-	Играют в подвижную игру по
				движной игре по показу и	инструкции учителя
				инструкции учителя	
3	Построение в ше-	1	Ознакомление с построением	Выполняют простые виды по-	Выполняют построения и пе-
	ренгу по одному.		с организованным построе-	строений, осваивают на до-	рестроения в шеренгу, колонну,
	Ходьба парами по		нием в шеренгу по сигналу	ступном уровне строевые дей-	круг, осваивают строевые дей-
	кругу, взявшись за		учителя.	ствия в шеренге и колонне (с	ствия в шеренге и колонне.
	руки		Ознакомление с построением	помощью учителя).	Ходят парами по кругу, взявшись
			и передвижением парами.	Ходят парами по кругу,	за руки; выполняют ходьбу в ко-
			Повторение подвижной игры	взявшись за руки под контро-	лонне по одному в обход зала за
			элементами общераз-	лем учителя	учителем
			вивающих упражнений		
4	Ходьба в медлен-	1	Выполнение построений в	Выполняют построение в ше-	Выполняют построение в ше-
	ном и быстром		шеренгу и колонну.	ренгу и колонну, ориентиру-	ренгу и колонну. Осваивают и
	темпе		Ознакомление с ходьбой в	ясь на образец выполнения	выполняют ходьбу в медленном
			различном темпе.	обучающимися 2 группы	(умеренном), среднем и быстром
			Выполнение комплекса	Осваивают и выполняют ходь-	темпе с сохранением правильной
			утренней гимнастики.	бу в умеренном темпе.	осанки, в затылок друг другу и
			Ознакомление с подвижной	Выполняют 3-4 упражнения	осуществление зрительного
			игрой с бегом	комплекса.	контроля за дистанцией. Выпол-
				Участвуют в подвижной игре	няют комплекс утренней гимна-
				по показу и инструкции учите-	стики. Играют в подвижную игру
				ля	после инструкции и показа учи-

					теля
5	Ходьба по прямой	1	Ознакомление с игровыми	Выполняют игровые задания	Выполняют игровые задания.
	линии на носках и		задания на построение и пе-	(с помощью учителя).	Осваивают и выполняют ходьбу
	пятках на внутрен-		рестроения.	Выполняют ходьбу на носках,	по прямой линии на носках, на
	нем и внешнем сво-		Выполнение ходьбы в раз-	на пятках, на внутреннем и	пятках, на внутреннем и внеш-
	де стопы		личном темпе.	внешнем своде стопы. Выпол-	нем своде стопы с сохранением
			Освоение разновидностей	няют комплекс утренней гим-	равновесия на ограниченной по-
			ходьбы.	настики ориентируясь на	верхности.
			Выполнение комплекса	образец выполнения учителем	Играют в подвижную игру по по-
			утренней гимнастики.	и/или обучающимися 2	казу учителя
			Подвижная игра с прыжками	группы. Участвуют в подвиж-	
				ной игре по показу и	
				инструкции учителя	
6	Перебежки	1	Выполнение построения в	Выполняют построение в ше-	Выполняют построение в ше-
	группами и по од-		шеренгу. Освоение общераз-	ренгу (с помощью учителя).	ренгу по сигналу учителя. Вы-
	ному 15-20 м		вивающих упражнений.	Осваивают перебежки по од-	полняют перебежки группами и
			Выполнение перебежек	ному, ориентируясь на обра-	по одному 15-20 м, соблюдают
			группами и по одному.	зец выполнения учителем и/	правила безопасности.
			Закрепление правил техники	или обучающимися 2 группы.	Выполняют комплекс общераз-
			безопасности во время вы-	Выполняют упражнения после	вивающих упражнений после по-
			полнения упражнений в	неоднократного показа по	каза учителем.
			паре, группе.	прямому указанию учителя.	Играют в подвижную игру после
			Ознакомление с подвижной	Участвуют в подвижной игре	инструкции и показа учителя
			игрой с элементами общераз-	по показу и инструкции учите-	
			вивающих упражнений	ля	

7	Бег в медленном	1	Выполнение построений в	Фиксируют внимание и	Выполняют построение в ше-
	темпе, череду-		шеренгу, в колонну по одно-	воспринимают расположение	ренгу, в колонну по команде учи-
	ющийся с ходьбой		My.	зрительных пространственных	теля, ориентируясь на зрительно-
			Освоение бега в медленном	опор- ориентиров для выпол-	пространственные опоры. Вы-
			темпе, чередование ходьбы и	нения построений и пе-	полняют упражнения на основ-
			бега.	рестроений. Выполняют бег и	ные положения и движения рук,
			Выполнение упражнений на	ходьбу, ориентируясь на обра-	ног, головы, туловища.
			основные положения и	зец выполнения учителем и/	Чередуют ходьбу с бегом, сохра-
			движения рук, ног, головы,	или обучающимися 2 группы.	няя темп, дистанцию во время
			туловища.	Выполняют основные положе-	движения, удерживая правиль-
			Коррекционная игра на раз-	ния и движения рук, ног, голо-	ную осанку во время ходьбы.
			витие точности движений	вы, туловища с наименьшим	Играют в подвижную игру после
				количеством раз.	инструкции
				Участвуют в подвижной игре	
				по показу и инструкции учите-	
				ля	
8	Бег с сохранением	1	Беседа о правильной осанке.	Фиксируют внимание и	Выполняют построение в ше-
	правильной осанки		Освоение бега с сохранением	воспринимают расположение	ренгу, в колонну по команде учи-
	_		правильной осанки.	зрительных пространственных	теля, ориентируясь на зрительно-
			Выполнение общераз-	опор- ориентиров для выпол-	пространственные опоры. Вы-
			вивающих упражнений с ма-	нения построений и пе-	полняют упражнения на основ-
			лыми мячами.	рестроений. Выполняют бег и	ные положения и движения рук,
			Подвижная игра с бегом	ходьбу, ориентируясь на обра-	ног, головы, туловища.
				зец выполнения учителем и/	Чередуют ходьбу с бегом, сохра-
				или обучающимися 2 группы.	няя темп, дистанцию во время
				Выполняют основные положе-	движения, удерживая правиль-
				ния и движения рук, ног, голо-	ную осанку во время ходьбы.
				вы, туловища с наименьшим	Играют в подвижную игру после

				количеством раз.	инструкции
				Участвуют в подвижной игре	
				по показу и инструкции учите-	
				ля	
9	Бег в колонне за учителем в заданном направлении	1	Освоение построения и передвижения за учителем в колонне. Освоение построения в круг. Выполнение упражнений с флажками. Подвижная игра с прыжками	Выполняют медленный бег за наиболее физически развитым обучающимся из 2 группы, ориентируясь на его пример (образец). Осваивают упражнения с флажками, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Участвуют в подвижной игре по показу и	Выполняют бег в колонне в заданном направлении, сохранение дистанции, равнение в затылок. Выполняют упражнения с флажками по показу учителя. Играют в подвижную игру после инструкции
				инструкции учителя	
10	Прыжки на двух ногах	1	Освоение прыжков на двух ногах. Выполнение упражнений для укрепления мышц ног. Подвижная игра с элементами лазания	Выполняют прыжки после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий). Выполнение упражнений для укрепления мышц ног с наименьшим количеством раз. Участвуют в подвижной игре	Выполняют прыжки после инструкции и показа учителя. Выполнение упражнений для укрепления мышц ног по показу учителя. Играют в подвижную игру после инструкции и показа учителя
11	Прыжки на одной	1	Подвижная игра с элемен-	Участвуют в подвижной игре.	Играют в подвижную игру. Вы-

	ноге на месте		тами перестроений.	Выполняют бег в чередовании	полняют бег в чередовании с
			Выполнение бега в чередова-	с ходьбой под контролем учи-	ходьбой. Прыгают на двух ногах
			нии с ходьбой.	теля. Выполняют 4-5 упражне-	на месте после инструкции и по-
			Выполнение комплекса	ний комплекса.	каза учителя
			общеразвивающих упражне-	Выполняют прыжки после	
			ний. Различение правой и ле-	инструкции и неоднократного	
			вой ноги. Выполнение	показа учителя	
			подпрыгиваний на одной		
			ноге, сохранение равновесия.		
			Подвижная игра с бросками		
			и ловлей		
12	Прыжки с про-	1	Ознакомление с общераз-	Выполняют общераз-	Выполняют общеразвивающие
	движением вперед,		вивающими упражнениями с	вивающие упражнения	упражнения после инструкции и
	назад		малыми мячами.	наименьшее количество раз.	по показу педагога.
			Ориентирование в направле-	Ориентируются в направлении	Выполняют прыжки в заданном
			нии движений.	движений с помощью пе-	направлении, ориентируясь на
			Выполнение несколько	дагога.	зрительно-пространственные
			подпрыгиваний подряд в за-	Прыгают на двух ногах с про-	опоры. Играют в подвижную
			данном направлении.	движением вперед. Участвуют	игру по показу учителя
			Подвижная игра с метанием	в подвижной игре по показу и	
				инструкции учителя	
13	Прыжки с про-	1	Выполнение комплекса	Выполняют 4-5 упражнений	Выполняют комплекс упражне-
	движением вправо,		упражнений с малыми мя-	комплекса.	ний.
	влево		чами.	Прыгают на двух ногах с про-	Прыгают с продвижением впра-
			Ориентирование в про-	движением вправо, влево с	во, влево, ориентируясь на зри-
			странстве в процессе выпол-	помощью педагога. Участву-	тельно-пространственные опоры.
			нения прыжков с продвиже-	ют в подвижной игре по пока-	Играют в подвижную игру по по-
			нием в заданном направле-	зу учителя	казу и инструкции учителя

			нии, с сохранением устойчи-		
			вого равновесия.		
			Подвижная игра с элемен-		
			тами строевых команд		
14	Прыжки через на-	1	Выполнение бега в чередова-	Выполняют бег в чередовании	Выполняют бег в чередовании с
14	• •	1	_	•	_
	черченную линию		нии с ходьбой в колонне по	с ходьбой в колонне по одно-	ходьбой в колонне по одному.
			одному.	му под контролем педагога.	Отвечают на вопросы целым
			Беседа о значении утренней	Отвечают на вопросы одно-	предложением.
			зарядки.	сложно.	Выполняют построение в круг и
			Построение в круг и выпол-	Выполняют построение в круг	комплекс утренней зарядки по
			нение общеразвивающих	с помощью учителя. Перепры-	инструкции учителя.
			упражнений типа зарядки.	гивают через начерченную ли-	Перепрыгивают через начерчен-
			Выполнение прыжковых	нию, ориентируясь на образец	ную линию после инструкции и
			упражнений, сохраняя равно-	выполнения учителем и/или	показа учителя
			весие при приземлении.	обучающимися 2 группы.	
			Подвижная игра на внимание	Участвуют в игре по	
			•	инструкции	
15	Прыжки через	1	Выполнение ходьбы в колон-	Выполняют ходьбу в колонне,	Выполняют ходьбу в колонне по
	шнур		не по одному с различными	ориентируясь на образец вы-	одному с различными заданиями
			заданиями для рук. Построе-	полнения учителем и/или обу-	для рук по показу учителя.
			ние в круг.	чающимися 2 группы. Выпол-	Выполняют построение в круг и
			Выполнение комплекса	няют построение в круг с	комплекс утренней зарядки по
			утренней гимнастики.	помощью учителя. Перепры-	инструкции учителя.
			Перепрыгивание через шнур,	гивают через шнур после	Перепрыгивают через шнур
			сохраняя устойчивое равно-	инструкции и неоднократного	после показа учителя.
			весие.	показа учителя (при необхо-	Играют в подвижную игру по
			Подвижная игра с бегом	димости: пошаговая	инструкции учителя
				инструкция учителя, поопера-	

				ционный контроль выполне-	
				-	
				ния действий). Участвуют в	
				подвижной игре по показу	
				учителя	
16	Прыжки через	1	Выполнение ходьбы со сме-	Выполняют ходьбу ориенти-	Выполняют ходьбу ориентируясь
	набивной мяч		ной положений рук.	руясь на образец выполнения	на образец выполнения учи-
			Ознакомление с упражнени-	учителем и/или обучающими-	телем. Выполняют упражнения
			ями для развития мышц ки-	ся 2 группы. Выполняют 3-4	по словесной инструкции и пока-
			стей рук и пальцев.	упражнения. Перепрыгивают	3y.
			Выполнение прыжка через	через шнур, начерченную ли-	Перепрыгивают через набивной
			предмет, отталкиваясь одно-	нию. Участвуют в подвижной	мяч.
			временно двумя ногами и	игре по показу учителя	Осваивают и используют игро-
			мягко приземляясь.		вые умения
			Подвижная игра с метанием		
17	Прыжки с ноги на	1	Выполнение ходьбы с хлоп-	Выполняют ходьбу с хлоп-	Выполняют ходьбу с хлопками
	ногу		ками в ладоши.	ками, ориентируясь на обра-	по показу. Перепрыгивают с ноги
			Выполнение упражнений для	зец.	на ногу на отрезках.
			развития мышц кистей рук и	Выполняют прыжки после	Играют в подвижную игру по по-
			пальцев.	инструкции и неоднократного	казу и инструкции учителя
			Ознакомление с прыжком с	показа учителя (при необхо-	
			ноги на ногу.	димости: пошаговая	
			Подвижная игра с прыжками	инструкция учителя, поопера-	
				ционный контроль выполне-	
				ния действий).	
				Участвуют в подвижной игре	
				по показу учителя	

18	Прыжок в длину с	1	Выполнение ходьбы со сме-	Выполняют ходьбу со сменой	Выполняют ходьбу со сменой по-
	места		ной положения рук.	положения рук под контролем	ложения рук по показу учителя.
			Выполнение упражнений для	учителя.	Выполняют упражнения по
			укрепления голеностопных	Прыгают в длину с места,	инструкции и показу учителя.
			суставов и стоп.	ориентируясь на образец вы-	Выполняют прыжок в длину с
			Ознакомление с названием и	полнения учителем и/или обу-	места по показу учителя. Играют
			техникой выполнения прыж-	чающимися 2 группы. Участ-	в подвижную игру по показу и
			ка.	вуют в подвижной игре по по-	инструкции учителя
			Выполнение прыжка в длину	казу и инструкции учителя	
			с места.		
			Подвижная игра с прыжками		
19	Правильный захват	1	Выполнение обыкновенной	Выполняют ходьбу, ориенти-	Выполняют ходьбу по
	различных предме-		ходьбы в чередовании с	руясь на образец выполнения.	инструкции учителя. Осваивают
	тов		ходьбой по линии, обозна-	Выполняют захват и удержа-	и удерживают правильный захват
			ченной на полу, сохраняя	ние различных предметов для	различных предметов для выпол-
			равновесие.	выполнения метания после	нения метания одной и двумя ру-
			Выполнение упражнений на	инструкции и неоднократного	ками по показу учителя.
			осанку. Ознакомление с пра-	показа учителя (при необхо-	Играют в подвижную игру по по-
			вильным захватом различ-	димости: пошаговая	казу и инструкции учителя
			ных предметов.	инструкция учителя, поопера-	
			Подвижная игра с бросанием	ционный контроль выполне-	
			и ловлей	ния действий);	
				бросают и ловят волейболь-	
				ные мячи по прямому указа-	
				нию учителя	

20	Прием и передача	1	Выполнение бега в медлен-	Выполняют бег в медленном	Выполняют бег в медленном
	мяча в круге		ном темпе, чередование	темпе под контролем учителя.	темпе, чередование ходьбы и
21	Прием и передача	1	ходьбы и бега.	Принимают и передают мяч в	бега.
	мяча в круге		Построение в круг.	круге, ориентируясь на обра-	Выполняют построение в круг по
			Выполнение упражнений для	зец выполнения учителем и/	указанию учителя. Выполняют
			укрепления туловища.	или обучающимися 2 группы.	прием и передача мяча в круге
			Передача и прием мяча в	Участвуют в коррекционной	после инструкции и показа учи-
			круге.	игре, ориентируясь на поэтап-	теля.
			Коррекционная игра	ный показ отдельных дей-	Играют в игру после показа учи-
				ствий	телем
22	Произвольное мета-	1	Выполнение бега по прямой	Выполняют бег под контролем	Выполняют бег после
	ние малых мячей		в шеренге. Выполнение	учителя. Выполняют 3-5	инструкции, ориентируясь на
			общеразвивающих упражне-	упражнений. Выполняют раз-	зрительно-пространственные
			ний.	личные виды метания малых	опоры.
			Ознакомление с названием	мячей после инструкции и не-	Выполняют захват и удержание
			мяча для метания.	однократного показа учителя.	различных предметов для выпол-
			Освоение правильного захва-	Участвуют в подвижной игре	нения метания после инструкции
			та и произвольного метания	по показу и инструкции учите-	и показа учителя.
			малого мяча.	ля	Играют в подвижную игру после
			Игры с элементами общераз-		инструкции учителя
			вивающих упражнений		
23	Произвольное мета-	1	Выполнение ходьбы с сохра-	Выполняют ходьбу под	Выполняют ходьбу по указанию
	ние больших мячей		нением правильной осанки.	контролем учителя. Выпол-	учителя. Выполняют упражнения
			Выполнение общераз-	няют упражнения наименьшее	после инструкции и показа учи-
			вивающих и специальных	количество раз. Выполняют	теля.
			упражнений на осанку. Вы-	различные виды метания боль-	Выполняют различные виды ме-
			полнение произвольного ме-	ших мячей после поопераци-	тание большого мяча по показу

			тания больших мячей. Подвижная игра с бегом	онного показа и контроля выполнения действий. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	учителя. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
25	Броски и ловля волейбольных мячей Броски и ловля волейбольных мячей	1	Ходьба с хлопками. Выполнение упражнений с волейбольным мячом. Подбрасывание мяча на разную высоту, выполнение ловли прямыми руками падающий мяч на уровне головы. Подвижная игра с прыжками	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют 3-4 упражнения с мячом. Бросают и ловят волейбольный мяч по прямому указанию учителя. Участвуют в подвижной игре по показу учителя	Выполняют ходьбу по показу учителя. Выполняют упражнения по инструкции учителя. Бросают и ловят волейбольные мячи по прямому указанию учителя. Играют в подвижную игру после инструкции
26	Метание колец на шесты	1	Выполнение ходьбы со сменой положений рук. Ознакомление с упражнени-	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающими-	Выполняют ходьбу по прямому указанию учителя. Выполняют комплекс упражнений по показу
27	Метание колец на шесты	1	ями для развития мышц кистей рук и пальцев. Ознакомление с размещением «врассыпную». Определение названия спортивного инвентаря. Принятие правильного исходного положения во время метания, правильное удержание кольца	ся 2 группы. Выполняют упражнения наименьшее количество раз. Размещаются «врассыпную» с помощью учителя. Метают кольца на шесты после инструкции и неоднократного показа учителя	учителя. Выполняют метания колец на шесты после инструкции и показа учителя

29	Метание большого мяча двумя руками из-за головы Метание большого мяча двумя руками из-за головы	1	Выполнение бега по коридорчику. Принятие правильного положения во время метания, выполнение метания большого мяча способом из-за головы. Подвижная игра с бегом	Выполняют бег по коридорчику с помощью учителя. Метают большой мяч двумя руками из-за головы, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Участвуют в подвижной игре по инструкции	Выполняют метание большого мяча двумя руками из-за головы после инструкции учителя. Участвуют в игре после инструкции учителя
				учителя	
30	Метание мяча сни-	1	Выполнение ходьбы в колон-	Выполняют ходьбу, ориенти-	Выполняют ходьбу по указанию
	зу с места в стену		не по одному с различными	руясь на образец выполнения	учителя. Выполняют комплекс
31	Метание мяча сни-	1	заданиями для рук. Выполне-	учителем и/или обучающими-	упражнений по показу учителя.
31	зу с места в стену	1			
			Игры	ı - 2 часа	
32	Подвижная игра	1	Выполнение бега по прямой	Выполняют бег под контролем	Выполняют бег после
	«Гуси-лебеди»		в шеренге. Выполнение	учителя. Выполняют 3-5	инструкции, ориентируясь на
			общеразвивающих упражне-	упражнений. Участвуют в	зрительно-пространственные
			ний.	игре по инструкции и по пока-	опоры.
			Закрепление слов и правил	зу учителя, ориентируясь на	Участвуют в различных видах
			подвижный игры.	поэтапный показ отдельных	игр после инструкции и показа
			Ориентирование в про-	действий (при необходимости,	учителя
			странстве, свободное пере-	повторный показ, дополни-	
			движение	тельная индивидуальная	

				инструкция учителя)	
33	Подвижная игра «У медведя во бору»	1	Выполнение ходьбы со сменой положения рук. Выполнение упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп. Повторение речитативов игры. Выполнение правильного захвата предметов, свободное перемещение	Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя. Выполняют упражнения наименьшее количество раз. Участвуют в игре по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная	Выполняют ходьбу по указанию учителя. Выполняют комплекс упражнений по показу. Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя
				инструкция учителя)	
			Гимнасти	ка – 30 часов	
34	Значение физических упражнений для здоровья человека. Строевые действия в шеренге и колонне	1	Беседа о значении физических упражнений. Выполнение строевых действий, ориентирование в пространстве. Коррекционная игра	Просматривают видеоматериал по теоретическим вопросам адаптивной физической культуры. Отвечают на вопросы односложно. Слушают объяснение (инструкцию) учителя с фиксацией на этапах выполнения упражнения на ориентировку в пространстве	Просматривают видеоматериал по теоретическим вопросам адаптивной физической культуры. Отвечают на вопросы предложением. Воспринимают и запоминают расположение зрительных пространственных опор - ориентиров для выполнения построений и перестроений
35	Название снарядов, спортивного инвен-	1	Беседа о спортивном инвентаре и оборудовании.	Слушают объяснение педагога по теме с чёткими смысло-	Слушают объяснение педагога по теме с чёткими смысловыми

	таря. Гимнастика		Выполнение гимнастики для	выми акцентами и опорой на	акцентами и опорой на нагляд-
	для пальцев		пальцев.	наглядность (визуальный	ность (визуальный план, картин-
			Подвижная игра с мячом	план, картинки по теме урока.	ки по теме урока.
			_	Выполняют комплекс упраж-	Выполняют комплекс упражне-
				нений ориентируясь на обра-	ний.
				зец выполнения учителем и/	Осваивают и используют игро-
				или обучающимися 2 группы.	вые умения
				Выполняют упражнения с мя-	
				чом по инструкции и по пока-	
				зу учителя	
36	Перестроение в	1	Выполнение бега в медлен-	Выполняют бег в медленном	Выполняют бег в медленном
	круг, взявшись за		ном темпе, чередование	темпе под контролем учителя.	темпе, чередование ходьбы и
	руки		ходьбы и бега.	Принимают и передают мяч в	бега.
			Построение в круг.	круге, ориентируясь на обра-	Выполняют построение в круг по
			Выполнение упражнений для	зец выполнения учителем и/	указанию учителя. Выполняют
			укрепления туловища.	или обучающимися 2 группы.	прием и передача мяча в круге
			Коррекционная игра	Выполняют простые команды	после инструкции и показа учи-
				по сигналу учителя с одно-	теля.
				временным показом способа	Выполняют перестроение в круг,
				выполнения перестроения.	взявшись за руки. Играют в игру
				Участвуют в коррекционной	после показа учителем
				игре, ориентируясь на поэтап-	
				ный показ отдельных дей-	
				ствий	
37	Размыкание на вы-	1	Выполнение ходьбы со сме-	Выполняют ходьбу ориенти-	Выполняют ходьбу ориентируясь
	тянутые руки		ной положений рук.	руясь на образец выполнения	на образец выполнения учи-
			Ознакомление с упражнени-	учителем и/или обучающими-	телем. Выполняют упражнения
			ями для развития мышц ки-	ся 2 группы. Выполняют 3-4	по словесной инструкции и пока-

Т		T	I	
		стей рук и пальцев Выполне-	упражнения. Фиксируют	зу.
		ние приставных шагов в сто-	внимание и воспринимают	Выполняют команды по построе-
		рону, ориентирование в про-	расположение	нию и перестроению по сигналу
		странстве.	зрительных пространственных	учителя (при необходимости
		Подвижная игра с метанием	опор - ориентиров для выпол-	ориентируются на образец).
			нения построений и пе-	Осваивают и используют игро-
			рестроений. Участвуют в по-	вые умения
			движной игре по показу учи-	
			теля	
Выполнение строе-	1	Закрепление основной	Выполняют простые виды по-	Выполняют команды по построе-
вых команд по по-		стойки.	строений, осваивают на до-	нию и перестроению по сигналу
казу учителя		Выполнение основных строе-	ступном уровне строевые дей-	учителя (при необходимости
		вых команд. Выполнение	ствия в шеренге и колонне (с	ориентируются на образец).
		бега по прямой в шеренге.	помощью учителя).	Выполняют бег после
		Выполнение общераз-	Выполняют бег под контролем	инструкции, ориентируясь на
		вивающих упражнений.	учителя. Выполняют 3-5	зрительно-пространственные
		Игры с элементами общераз-	упражнений. Участвуют в по-	опоры.
		вивающих упражнений	движной игре по показу и	Играют в подвижную игру после
			инструкции учителя	инструкции учителя
Повороты «напра-	1	Выполнение построения в	Зрительно воспринимают и	Слушают инструкцию,
во», «налево», по		шеренгу и поворот пере-	оценивают образец выполне-	отслеживают и анализируют
показу учителя и по		ступанием.	ния упражнения. Выполняют	образец выполнения построений
команде		Ознакомление с ходьбой в	построение в шеренгу и ко-	и перестроений.
		различном темпе.	лонну, ориентируясь на обра-	Выполняют построение в ше-
		Выполнение комплекса	зец выполнения обучающими-	ренгу и колонну. Осваивают и
		утренней гимнастики.	ся 2 группы	выполняют ходьбу в медленном
		Ознакомление с подвижной	Осваивают и выполняют ходь-	(умеренном), среднем и быстром
		игрой с бегом	бу в умеренном темпе.	темпе с сохранением правильной
	вых команд по по- казу учителя Повороты «напра- во», «налево», по показу учителя и по	Вых команд по по- казу учителя Повороты «напра- во», «налево», по показу учителя и по	рону, ориентирование в пространстве. Подвижная игра с метанием Выполнение строевых команд по показу учителя Выполнение основных строевых команд. Выполнение бега по прямой в шеренге. Выполнение общеразвивающих упражнений. Игры с элементами общеразвивающих упражнений Повороты «направо», «налево», по показу учителя и по команде 1 Выполнение построения в шеренгу и поворот переступанием. Ознакомление с ходьбой в различном темпе. Выполнение комплекса утренней гимнастики. Ознакомление с подвижной	ние приставных шагов в сторону, ориентирование в пространстве. Подвижная игра с метанием Выполнение строевых команд по показу учителя Выполнение основной стойки. Выполнение основных строевых команд. Выполнение основных строевых команд. Выполнение бега по прямой в шеренге. Выполнение общеразвивающих упражнений. Игры с элементами общеразвивающих упражнений динструкции учителя Повороты «направо», «налево», по показу учителя и по команде Повороты «направо», «налево», по по показу учителя и по команде Выполнение комплекса утренней гимнастики. Ознакомление с подвижной игре по показу и инструкции учителя. Выполняют бег под контролем учителя. Выполняют 3-5 упражнений. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя Зрительно воспринимают и оценивают образец выполнения упражнения. Выполняют построение в шеренгу и колонну, ориентируясь на образец выполнение комплекса утренней гимнастики. Ознакомление с подвижной осваивают и выполняют ходь-

				Выполняют 3-4 упражнения	осанки, в затылок друг другу и
				комплекса.	осуществление зрительного
				Участвуют в подвижной игре	контроля за дистанцией. Выпол-
				по показу и инструкции учите-	няют комплекс утренней гимна-
					стики. Играют в подвижную игру
				ЛЯ	
					после инструкции и показа учи-
	_	_			теля
40	Основные положе-	1	Выполнение построений в	Фиксируют внимание и	Выполняют построение в ше-
	ния и движения		шеренгу, в колонну по одно-	воспринимают расположение	ренгу, в колонну по команде учи-
	рук, ног, туловища,		My.	зрительных пространственных	теля, ориентируясь на зрительно-
	головы		Освоение бега в медленном	опор- ориентиров для выпол-	пространственные опоры. Вы-
			темпе, чередование ходьбы и	нения построений и пе-	полняют упражнения на основ-
			бега.	рестроений. Выполняют бег и	ные положения и движения рук,
			Выполнение упражнений на	ходьбу, ориентируясь на обра-	ног, головы, туловища.
			основные положения и	зец выполнения учителем и/	Чередуют ходьбу с бегом, сохра-
			движения рук, ног, головы,	или обучающимися 2 группы.	няя темп, дистанцию во время
			туловища.	Выполняют основные положе-	движения, удерживая правиль-
			Коррекционная игра на раз-	ния и движения рук, ног, голо-	ную осанку во время ходьбы.
			витие точности движений	вы, туловища с наименьшим	Играют в подвижную игру после
				количеством раз.	инструкции
				Участвуют в подвижной игре	
				по показу и инструкции учите-	
				ля	
41	Упражнения на ды-	1	Выполнение бега в чередова-	Выполняют бег в чередовании	Выполняют бег в чередовании с
	хания		нии с ходьбой в колонне по	с ходьбой в колонне по одно-	ходьбой в колонне по одному.
			одному. Построение в круг и	му под контролем педагога.	Отвечают на вопросы целым
			выполнение общераз-	Отвечают на вопросы одно-	предложением.
			вивающих упражнений.	сложно.	Выполняют построение в круг и
		l	· · ·	I .	1 17

			Выполнение тренировочных	Выполняют построение в круг	комплекс утренней зарядки по
			упражнений на дыхание во	с помощью учителя. Выпол-	инструкции учителя.
			время ходьбы, бега, прогова-	няют коррегирующие упраж-	Выполняют коррегирующие
			ривание звуков на выдохе.	нения после неоднократного	упражнения без предметов после
			Подвижная игра на внимание	показа по прямому указанию	показа учителя.
				учителя. Участвуют в игре по	Играют в подвижную игру после
				инструкции учителя	инструкции
42	Упражнения на	1	Выполнение обыкновенной	Выполняют ходьбу, ориенти-	Выполняют ходьбу по
	формирование пра-		ходьбы в чередовании с	руясь на образец выполнения.	инструкции учителя.
	вильной осанки		ходьбой по линии, обозна-	Бросают и ловят волейболь-	Выполняют коррегирующие и
			ченной на полу, сохраняя	ные мячи по прямому указа-	общеразвивающие упражнения
			равновесие.	нию учителя. Выполняют	без предметов после показа учи-
			Закрепление положения пра-	упражнения на формирование	телем.
			вильной осанки.	правильной осанки, ориенти-	Осваивают и используют игро-
			Выполнение упражнений у	руясь на образец выполнения	вые умения
			вертикальной плоскости для	учителем (или на образец пра-	
			формирования правильной	вильного выполнения обу-	
			осанки.	чающихся 2 группы)	
			Подвижная игра с бросанием		
			и ловлей		

43	Упражнения на укрепление мышц туловища	1	Выполнение ходьбы в колонне по одному с различными заданиями для рук. Различение основных движений туловища. Выполнение комплекса	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения на укрепление мышц туловища по прямому	Выполняют ходьбу по указанию учителя. Выполняют упражнения на укрепление мышц туловища, ориентируясь на образец выполнения учителем.
			упражнений на укрепление мышц туловища. Подвижная игра с прыжками	указанию учителя. Участвуют в игре по инструкции учителя	Осваивают и используют игровые умения
44	Упражнения для пространственновременной дифференцировки и точности движений	1	Выполнение построений в шеренгу и колонну. Выполнение ходьбы по ориентирам, начерченным на полу.	Выполняют упражнения для развития точности движений; выполняют упражнения для развития пространственно— временной дифференцировки	Выполняют упражнения для развития пространственно—временной дифференцировки, ориентируясь на образец выполнения учителем. Осваивают и использу-
45	Упражнения для пространственно-временной дифференцировки и точности движений	1	Прыжок в длину с места толчком двух ног в начерченный ориентир. Подвижная игра с метанием	по прямому указанию учителя. Участвуют в игре по инструкции учителя	ют игровые умения
46	Упражнения с гим- настической палкой	1	Выполнение построений в шеренгу и колонну. Выполнение бега в чередовании с ходьбой. Выполнение комплекса упражнений с гимнастической палкой. Подвижная игра с бросками и ловлей	Выполняют упражнения с предметом, ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы). Участвуют в игре по инструкции учителя	Выполняют упражнения с предметом, ориентируясь на образец выполнения учителем. Осваивают и используют игровые умения

47	Упражнения с об-	1	Выполнение ходьбы с хлоп-	Выполняют ходьбу с хлоп-	Выполняют ходьбу с хлопками
	ручем		ками в ладоши.	ками, ориентируясь на обра-	по показу.
			Выполнение упражнений с	зец.	Выполняют упражнения с пред-
			обручем.	Выполняют упражнения с	метом, ориентируясь на образец
			Выполнение прыжков с ноги	предметом по прямому указа-	выполнения учителем.
			на ногу.	нию учителя. Выполняют	Выполняют прыжки с ноги на
			Подвижная игра с прыжками	прыжки после инструкции и	ногу на отрезках.
				неоднократного показа учите-	Играют в подвижную игру по по-
				ля (при необходимости:	казу и инструкции учителя
				пошаговая инструкция учите-	
				ля, пооперационный контроль	
				выполнения действий).	
				Участвуют в подвижной игре	
				по показу учителя	
48	Упражнения с ма-	1	Выполнение ходьбы со сме-	Выполняют ходьбу, ориенти-	Выполняют ходьбу по указанию
	лыми мячами		ной положений рук.	руясь на образец выполнения	учителя. Размещаются «врассып-
			Повторение размещения	учителем и/или обучающими-	ную». Выполняют упражнения с
			«врассыпную».	ся 2 группы. Выполняют	малыми мячами после показа
			Выполнение перекладыва-	упражнения наименьшее коли-	учителем
			ния, перебрасывания, под-	чество раз. Размещаются	
			брасывания, разбрасывания и	«врассыпную» с помощью	
			сбора, броска в пол, стену,	учителя.	
			вверх.	Метают кольца на шесты по-	
				сле инструкции и неоднократ-	
				ного показа учителя	

49	Упражнения с боль-	1	Выполнение ходьбы в колон-	Выполняют ходьбу, ориенти-	Выполняют ходьбу по указанию
	шим мячом		не по одному с различными	руясь на образец выполнения	учителя. Выполняют комплекс
			заданиями для рук. Выполне-	учителем и/или обучающими-	упражнений по показу учителя.
			ние комплекса упражнений	ся 2 группы. Выполняют 5-6	Выполняют упражнения с пред-
			для укрепления туловища.	упражнений комплекса.	метом, ориентируясь на образец
			Выполнение поднимания, пе-	Выполняют упражнения с	выполнения учителем
			рекатывания, подбрасывания	предметом по прямому указа-	
			большого мяча	нию учителя	
50	Лазание вверх, вниз	1	Ознакомление с игровыми	Выполняют ходьбу на носках,	Выполняют игровые задания.
	по гимнастической		задания на построение и пе-	на пятках, на внутреннем и	Осваивают и выполняют ходьбу
	стенке, не пропус-		рестроения.	внешнем своде стопы.	по прямой линии на носках, на
	кая реек		Выполнение ходьбы в раз-	Выполняют комплекс утрен-	пятках, на внутреннем и внеш-
51	Лазание вверх, вниз	1	личном темпе.	ней гимнастики ориентируясь	нем своде стопы с сохранением
	по гимнастической	1	Освоение разновидностей	на образец выполнения учи-	равновесия на ограниченной по-
	стенке, не пропус-		ходьбы.	телем и/или обучающимися 2	верхности.
	кая реек		Выполнение комплекса	группы.	Смотрят образец выполнения
	кал реск		утренней гимнастики.	Выполняют лазанье	упражнения, слушают
			Определение названия	(с помощью учителя, по	инструкцию учителя, выполняют
			двигательному действию, на-	возможности самостоятельно)	упражнения. Осваивают и ис-
			звания оборудования. Вы-	по	пользуют игровые умения
			полнение правильного захва-	прямому указанию учителя.	
			та рейки руками и правиль-	Участвуют в подвижной игре	
			ной постановки стопы на	по показу и инструкции учите-	
			гимнастическую стенку.	ля	
			Подвижная игра с прыжками		

52	Проползание на	1	Выполнение обыкновенной	Выполняют ходьбу, ориенти-	Выполняют ходьбу по
	четвереньках в мед-		ходьбы в чередовании с	руясь на образец выполнения.	инструкции учителя. Выполняют
	ленном темпе по		ходьбой по линии, обозна-	Выполняют ползание по гим-	проползание на четвереньках в
	горизонтальной		ченной на полу, сохраняя	настический скамейке на чет-	медленном темпе по гори-
	скамейке		равновесие.	вереньках с помощью учителя.	зонтальной скамейке
53	Проползание на	1	Выполнение упражнений на	Бросают и ловят волейболь-	(самостоятельно)
	четвереньках в мед-		осанку.	ные мячи по прямому указа-	Играют в подвижную игру по по-
	ленном темпе по		Выполнение упора на коле-	нию учителя	казу и инструкции учителя
	горизонтальной		нях и на четвереньках, пра-		
	скамейке		вильное удержание за		
			скамейку.		
			Подвижная игра с бросанием		
			и ловлей		
54	Подлезание под	1	Выполнение бега в медлен-	Выполняют бег в медленном	Выполняют бег в медленном
	препятствием вы-		ном темпе, чередование	темпе под контролем учителя.	темпе, чередование ходьбы и
	сотой 40-50 см		ходьбы и бега.	Принимают и передают мяч в	бега.
55	Подлезание под	1	Построение в круг.	круге, ориентируясь на обра-	Выполняют построение в круг по
	препятствием вы-		Выполнение упражнений для	зец выполнения учителем и/	указанию учителя.
	сотой 40-50 см		укрепления туловища.	или обучающимися 2 группы.	Выполняют перестроение в круг,
			Повторение правильного ис-	Выполняют простые команды	взявшись за руки. Выполняют
			ходного положения для вы-	по сигналу учителя с одно-	подлезание под препятствием
			полнения подлезания под	временным показом способа	высотой 40-50 см(самостоятель-
			препятствием.	выполнения перестроения.	но)
			Коррекционная игра	Выполняют подлезание под	Играют в игру после показа учи-
				препятствием высотой 40-50	телем
				см (с помощью учителя, по	
				возможности самостоятельно).	
				Участвуют в коррекционной	

				игре, ориентируясь на поэтап-	
				ный показ отдельных дей-	
				ствий	
56	Перелезание через	1	Выполнение ходьбы со сме-	Выполняют ходьбу со сменой	Выполняют ходьбу со сменой по-
	препятствие вы-		ной положения рук.	положения рук под контролем	ложения рук по показу учителя.
	сотой 40-50 см		Выполнение упражнений для	учителя. Выполняют перелеза-	Выполняют упражнения по
			укрепления голеностопных	ние через препятствие вы-	инструкции и показу учителя.
			суставов и стоп.	сотой 40-50 см (с помощью	Выполняют перелезание через
			Выполнение упражнения в	учителя, по возможности	препятствие высотой 40-50 см.
			перелезании опираясь на	самостоятельно.	Играют в подвижную игру по по-
			предплечья и колени, на жи-	Участвуют в подвижной игре	казу и инструкции учителя
			воте.	по показу и инструкции учите-	
			Подвижная игра с прыжками	ля	
57	Пролезание через	1	Выполнение ходьбы с хлоп-	Выполняют ходьбу с хлоп-	Выполняют ходьбу с хлопками
	гимнастический об-		ками в ладоши.	ками, ориентируясь на обра-	по показу.
	руч		Выполнение упражнений с	зец.	Выполняют упражнения для раз-
			обручем.	Выполняют упражнения для	вития точности движений, ориен-
			Подвижная игра с прыжками	развития точности движений,	тируясь на образец выполнения
				ориентируясь на образец вы-	учителем. Играют в подвижную
				полнения учителем и/или обу-	игру по показу и инструкции
				чающимися 2 группы.	учителя
				Участвуют в подвижной игре	
				по показу учителя	

58	Ходьба по линии на носках, на пятках с различными по-ложениями рук	1	Подвижная игра с элементами перестроений. Определение названий основных положений рук.	Участвуют в подвижной игре. Выполняют бег в чередовании с ходьбой под контролем учителя. Выполняют 4-5 упражне-	Играют в подвижную игру. Выполняют бег в чередовании с ходьбой. Выполняют упражнения на равновесие.
59	Ходьба по линии на носках, на пятках с различными положениями рук	1	Выполнение ходьбы с различным положением рук по ограниченной площади. Выполнение бега в чередовании с ходьбой. Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений. Подвижная игра с бросками и ловлей	ний комплекса. Выполняют упражнения в равновесии после неоднократного показа учителя, в медленном темпе, с помощью, наименьшее количество раз. Участвуют в подвижной игре по показу учителя	Осваивают и используют игровые умения
60	Ходьба по гимна- стической скамейке прямо, боком с раз- личными положе- ниями рук	1	Выполнение ходьбы в колонне по одному с различными заданиями для рук. Построение в круг. Выполнение комплекса	Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют 3-4 упражнения. Выполняют	Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют упражнения по словесной инструкции и показу.
61	Ходьба по гимна- стической скамейке прямо, боком с раз- личными положе- ниями рук	1	утренней гимнастики. Выполнение приставного шага в сторону на гимнастической скамейке, передвижение прямо, сохраняя равновесие и удерживая положение правильной осанки. Подвижная игра с бегом	упражнения в равновесии после неоднократного показа учителя, в медленном темпе, с помощью. Участвуют в подвижной игре по показу учителя	Выполняют упражнения в равновесии после неоднократного показа учителя. Осваивают и используют игровые умения
62	Стойка на одной	1	Выполнение построений в	Фиксируют внимание и	Выполняют построение в ше-

	ноге		шеренгу, в колонну по одно-	воспринимают расположение	ренгу, в колонну по команде учи-
63	Стойка на одной	1	му.	зрительных пространственных	теля, ориентируясь на зрительно-
	ноге		Освоение бега в медленном	опор- ориентиров для выпол-	пространственные опоры. Вы-
			темпе, чередование ходьбы и	нения построений и пе-	полняют упражнения на основ-
			бега.	рестроений. Выполняют бег и	ные положения и движения рук,
			Выполнение упражнений на	ходьбу, ориентируясь на обра-	ног, головы, туловища.
			основные положения и	зец выполнения учителем и/	Чередуют ходьбу с бегом, сохра-
			движения рук, ног, головы,	или обучающимися 2 группы.	няя темп, дистанцию во время
			туловища.	Выполняют основные положе-	движения, удерживая правиль-
			Удержание равновесия во	ния и движения рук, ног, голо-	ную осанку во время ходьбы.
			время выполнения упражне-	вы, туловища с наименьшим	Выполняют упражнения на
			ния.	количеством раз.	равновесие по показу учителя.
			Коррекционная игра на раз-	Выполняют упражнения на	Играют в подвижную игру после
			витие точности движений	равновесие с помощью учите-	инструкции
				ля.	
				Участвуют в подвижной игре	
				по показу и инструкции учите-	
				ля	
			Игры -	- 29 часов	
64	Правила поведения	1	Беседа о правилах поведе-	Слушают теоретический мате-	Слушают теоретический матери-
	на занятиях по по-		ния.	риал по правилам игр и пове-	ал по правилам поведения игр с
	движным играм		Выполнение строевых дей-	дении во время игр с опорой	опорой на наглядность.
			ствий, ориентирование в про-	на наглядность (картинки,	Отвечают на вопросы предложе-
			странстве.	карточки). Отвечают на вопро-	нием.
			Коррекционная игра	сы односложно.	Воспринимают и запоминают
				Выполняют построение в ше-	расположение
				ренгу и колонну, ориентиру-	зрительных пространственных

				I	I	
					ясь на образец выполнения	опор - ориентиров для выполне-
					обучающимися 2 группы	ния построений и перестроений.
					Осваивают и выполняют ходь-	Участвуют в подвижной игре по
					бу в умеренном темпе.	показу и инструкции учителя
					Выполняют 3-4 упражнения	
					комплекса.	
					Участвуют в подвижной игре	
					по показу и инструкции учите-	
					ля	
r	65	Правила утренней	1	Беседа о правилах личной	Слушают, и отвечают на	Слушают и беседуют предложе-
		гигиены и их значе-		гигиены.	вопросы учителя односложно.	ниями.
		ние для жизни че-		Освоение бега с сохранением	Удерживают правильное по-	Удерживают правильное положе-
		ловека		правильной осанки.	ложение тела во время бега (с	ние тела во время бега.
				Выполнение общераз-	помощью учителя, при необ-	Выполняют общеразвивающих
				вивающих упражнений с ма-	ходимости: пошаговая	упражнений с малыми мячами.
				лыми мячами.	инструкция учителя, поопера-	Играют в подвижную игру после
				Подвижная игра с бегом	ционный контроль действий).	инструкции и показа учителя
					Выполняют общераз-	
					вивающих упражнений с ма-	
					лыми мячами 3-4 упражнения.	
					Участвуют в подвижной игре	
					по показу и инструкции учите-	
					ля	

66	Подвижная игра	1	Выполнение ходьбы со сме-	Выполняют ходьбу, ориенти-	Выполняют ходьбу по указанию
	«Канатоходец»		ной положений рук.	руясь на образец выполнения	учителя. Размещаются «врассып-
			Повторение размещения	учителем и/или обучающими-	ную». Участвуют в различных
			«врассыпную». Повторение	ся 2 группы. Выполняют	видах игр после инструкции и
			правил игры.	упражнения наименьшее коли-	показа учителя
			Удержание равновесия при	чество раз. Размещаются	
			движении, правильное пере-	«врассыпную» с помощью	
			движение по канату	учителя. Участвуют в различ-	
				ных видах игр по инструкции	
				и по показу учителя, ориенти-	
				руясь на поэтапный показ от-	
				дельных действий (при необ-	
				ходимости, повторный показ,	
				дополнительная индивидуаль-	
				ная инструкция учителя)	
67	Подвижная игра	1	Выполнение построений в	Выполняют упражнения для	Выполняют упражнения для раз-
	«Переправа»		шеренгу и колонну.	развития точности движений;	вития пространственно-времен-
			Выполнение ходьбы по	выполняют упражнения для	ной дифференцировки, ориенти-
			ориентирам, начерченным на	развития пространственно-	руясь на образец выполнения
			полу.	временной дифференцировки	учителем. Осваивают и использу-
			Передвижение прыжками на	по прямому указанию учителя.	ют игровые умения
			двух ногах на скорость.	Участвуют в игре по	
			Подвижная игра	инструкции учителя	
68	Подвижная игра	1	Выполнение бега по прямой	Выполняют бег под контролем	Выполняют бег после
	«Разойдись не		в шеренге. Выполнение	учителя. Выполняют 3-5	инструкции, ориентируясь на
	упади»		общеразвивающих упражне-	упражнений. Участвуют в	зрительно-пространственные
			ний.	игре по инструкции и по пока-	опоры.
			Подвижная игра	зу учителя, ориентируясь на	Участвуют в различных видах

	T		I	T	I
				поэтапный показ отдельных	игр после инструкции и показа
				действий (при необходимости,	учителя
				повторный показ, дополни-	
				тельная индивидуальная	
				инструкция учителя)	
69	Подвижная игра	1	Выполнение бега по прямой	Выполняют бег под контролем	Выполняют бег по инструкции.
	«Стоп»		в шеренге. Выполнение	учителя.	Выполняют комплекс упражне-
			общеразвивающих упражне-	Выполняют 3-5 упражнений.	ний по показу. Выполняют
			ний.	Выполняют упражнения с мя-	упражнения после инструкции и
			Быстрое реагирование на	чом по инструкции и по пока-	показа учителя
			сигнал, взаимодействие с од-	зу учителя, ориентируясь на	
			ноклассниками, свободное	поэтапный показ отдельных	
			ориентирование в про-	действий и операций в после-	
			странстве	довательности их выполнения,	
				под пооперационным	
				(пошаговым) контролем учи-	
				теля (при необходимости)	
70	Подвижная игра «	1	Ходьба с хлопками.	Выполняют ходьбу, ориенти-	Выполняют ходьбу по показу
	Ловушки»		Выполнение упражнений с	руясь на образец выполнения	учителя.
			волейбольным мячом.	учителем. Выполняют 3-4	Выполняют упражнения по
			Подвижная игра на взаи-	упражнения с мячом.	инструкции учителя.
			модействие в команде, на-	Участвуют в подвижной игре	Играют в подвижную игру после
			хождение себе пар	по показу учителя	инструкции

71	Подвижная игра 1	Выполнение бега в чередова-	Выполняют бег в чередовании	Выполняют бег в чередовании с
	«Перемени пред-	нии с ходьбой в колонне по	с ходьбой в колонне по одно-	ходьбой в колонне по одному.
	MeT>>	одному.	му под контролем педагога.	Отвечают на вопросы целым
		Беседа о значении утренней	Отвечают на вопросы одно-	предложением.
		зарядки.	сложно.	Выполняют построение в круг и
		Построение в круг и выпол-	Выполняют построение в круг	комплекс утренней зарядки по
		нение общеразвивающих	с помощью учителя. Перепры-	инструкции учителя.
		упражнений типа зарядки.	гивают через начерченную ли-	Перепрыгивают через начерчен-
		Подвижная игра на внимание	нию, ориентируясь на образец	ную линию после инструкции и
			выполнения учителем и/или	показа учителя
			обучающимися 2 группы.	
			Участвуют в игре по	
			инструкции	
72	Подвижная игра 1	Выполнение ходьбы со сме-	Выполняют ходьбу со сменой	Выполняют ходьбу со сменой по-
	«Жмурки»	ной положений рук.	положения рук под контролем	ложения рук по показу учителя.
		Ознакомление с упражнени-	учителя. Выполнение упраж-	Выполняют упражнения по
		ями для развития мышц ки-	нений наименьшее количество	инструкции и показу учителя.
		стей рук и пальцев. Выпол-	раз. Участвуют в подвижной	Играют в подвижную игру по по-
		нение приставных шагов в	игре по показу и инструкции	казу и инструкции учителя
		сторону, ориентирование в	учителя	
		пространстве.		
		Подвижная игра на ориенти-		
		рование в пространстве		
73	Подвижная игра 1	Выполнение ходьбы со сме-	Выполняют ходьбу, ориенти-	Выполняют ходьбу по указанию
	«Горелки»	ной положений рук.	руясь на образец выполнения	учителя. Размещаются «врассып-
		Повторение размещения	учителем и/или обучающими-	ную». Участвуют в различных
		«врассыпную». Ознакомле-	ся 2 группы. Выполняют	видах игр после инструкции и
		ние с правилами игры. Разу-	упражнения наименьшее коли-	показа учителя

			чивание речитатива.	чество раз. Размещаются	
			Подвижная игра с бегом	«врассыпную» с помощью	
				учителя. Участвуют в различ-	
				ных видах игр по инструкции	
				и по показу учителя, ориенти-	
				руясь на поэтапный показ от-	
				дельных действий (при необ-	
				ходимости, повторный показ,	
				дополнительная индивидуаль-	
				ная инструкция учителя)	
74	Подвижная игра	1	Выполнение построений в	Выполняют упражнения для	Выполняют упражнения для раз-
	«Два мороза»		шеренгу и колонну.	развития точности движений;	вития пространственно-времен-
			Выполнение ходьбы по	выполняют упражнения для	ной дифференцировки, ориенти-
			ориентирам, начерченным на	развития пространственно-	руясь на образец выполнения
			полу.	временной дифференцировки	учителем. Осваивают и использу-
			Ознакомление с правилами	по прямому указанию учителя.	ют игровые умения
			игры. Разучивание слов ре-	Участвуют в игре по	
			читатива.	инструкции учителя	
			Подвижная игра		
75	Подвижная игра	1	Выполнение ходьбы со сме-	Выполняют ходьбу ориенти-	Выполняют ходьбу ориентируясь
	«Краски»		ной положений рук.	руясь на образец выполнения	на образец выполнения учи-
			Ознакомление с упражнени-	учителем и/или обучающими-	телем. Выполняют упражнения
			ями для развития мышц ки-	ся 2 группы. Выполняют 3-4	по словесной инструкции и пока-
			стей рук и пальцев	упражнения.	зу.
			Подвижная игра	Участвуют в подвижной игре	Осваивают и используют игро-
				по показу учителя	вые умения
76	Подвижная игра	1	Выполнение бега в чередова-	Выполняют бег в чередовании	Выполняют бег в чередовании с

	«Хитрая лиса»		нии с ходьбой в колонне по	с ходьбой в колонне по одно-	ходьбой в колонне по одному.
	((2 thi pan sinear)		одному. Построение в круг и	му под контролем педагога.	Выполняют построение в круг и
			выполнение общераз-	Выполняют построение в круг	комплекс утренней зарядки по
			-	' '	
			вивающих упражнений	с помощью учителя. Выпол-	инструкции учителя.
			Разучивание слов речита-	няют коррегирующие упраж-	Выполняют коррегирующие
			тива.	нения после неоднократного	упражнения без предметов после
			Быстрое реагирование на	показа по прямому указанию	показа учителя.
			сигнал, быстрое преодоление	учителя. Участвуют в игре по	Играют в подвижную игру после
			отрезков на скорость в по-	инструкции учителя	инструкции
			движной игре		
77	Подвижная игра «	1	Выполнение обыкновенной	Выполняют ходьбу, ориенти-	Выполняют ходьбу по
	Коршун и наседка»		ходьбы в чередовании с	руясь на образец выполнения.	инструкции учителя. Выполняют
			ходьбой по линии, обозна-	Выполняют 3-4 упражнения.	упражнения по словесной
			ченной на полу, сохраняя	Участвуют в игре по	инструкции и показу.
			равновесие.	инструкции учителя	Играют в подвижную игру по по-
			Выполнение упражнений на		казу и инструкции учителя
			осанку.		
			Подвижная игра		
78	Подвижная игра	1	Выполнение ходьбы со сме-	Выполняют ходьбу со сменой	Выполняют ходьбу со сменой по-
	«Перемена мест»		ной положений рук.	положения рук под контролем	ложения рук по показу учителя.
			Ознакомление с упражнени-	учителя. Выполнение упраж-	Выполняют упражнения по
			ями для развития мышц ки-	нений наименьшее количество	инструкции и показу учителя.
			стей рук и пальцев Выполне-	раз. Участвуют в подвижной	Играют в подвижную игру по по-
			ние приставных шагов в сто-	игре по показу и инструкции	казу и инструкции учителя
			рону, ориентирование в про-	учителя	
			странстве.		
			Подвижная игра на ориенти-		
			рование в пространстве		

79	Подвижная игра	1	Выполнение бега по залу	Осваивают и используют иг-	Осваивают и используют игро-
	«Не оставайся на		врассыпную, запрыгивание	ровые умения	вые умения
	полу»		на кубы, скамейки без помо-		
			щи рук, спрыгивание с них		
			легко на носки, полусогну-		
			тые ноги, выполнение дей-		
			ствий по сигналу		
80	Подвижная игра	1	Повторение счета до 5.	Участвуют в различных видах	Участвуют в различных видах
	«Стой»		Выполнение упражнений в	игр по инструкции и по показу	игр после инструкции и показа
			бросках и ловле волейболь-	учителя, ориентируясь на	учителя
			ного мяча, после броска то-	поэтапный показ отдельных	
			варища, быстрое реагирова-	действий (при необходимости,	
			ние на сигнал водящего	повторный показ, дополни-	
				тельная индивидуальная	
				инструкция учителя)	
81	Коррекционная по-	1	Выполнение ходьбы со сме-	Выполняют ходьбу со сменой	Выполняют ходьбу со сменой по-
	движная игра		ной положений рук.	положения рук под контролем	ложения рук по показу учителя.
	«Совушка»		Повторение упражнений	учителя. Выполнение упраж-	Выполняют упражнения по
			для развития мышц кистей	нений наименьшее количество	инструкции и показу учителя.
			рук и пальцев Ориентирова-	раз. Участвуют в подвижной	Играют в подвижную игру по по-
			ние в пространстве.	игре по показу и инструкции	казу и инструкции учителя
			Подвижная игра	учителя	
82	Коррекционная по-	1	Выполнение ходьбы со сме-	Выполняют ходьбу, ориенти-	Выполняют ходьбу по указанию
	движная игра		ной положений рук.	руясь на образец выполнения	учителя. Размещаются «врассып-
	«Фигуры»		Повторение размещения	учителем и/или обучающими-	ную». Участвуют в различных
			«врассыпную». Ознакомле-	ся 2 группы. Выполняют	видах игр после инструкции и
			ние с правилами игры.	упражнения наименьшее коли-	показа учителя
			Подвижная игра	чество раз. Размещаются	

83	Коррекционная подвижная игра «Проползи не урони»	1	Выполнение обыкновенной ходьбы в чередовании с ходьбой по линии, обозначенной на полу, сохраняя равновесие. Выполнение упражнений на осанку. Ползание изученным способом. Подвижная игра с	«врассыпную» с помощью учителя. Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения. Выполняют ползание по гимнастический скамейке на четвереньках с помощью учителя. Бросают и ловят волейбольные мячи по прямому указанию учителя	Выполняют ходьбу по инструкции учителя. Выполняют проползание на четвереньках в медленном темпе (самостоятельно). Осваивают и используют игровые умения
84	Коррекционная подвижная игра «Крокодил»	1	бросанием и ловлей Выполнение ходьбы со сменой положений рук. Ознакомление с упражнениями для развития мышц кистей рук и пальцев Выполнение приставных шагов в сторону, ориентирование в пространстве. Подвижная игра взаимодей-	Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя. Выполнение упражнений наименьшее количество раз. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя. Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя. Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя
85	Коррекционная подвижная игра «Перелет птиц»	1	ствие в коллективе Взбирание на предметы при- поднятые над полом (зем- лей), выполнение лазания по гимнастической стенке	Осваивают и используют игровые умения с помощью учителя	Осваивают и используют игровые умения по инструкции

86	Коррекционная подвижная игра «Охотники и зайцы»	1	Выполнение бега в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений. Выполнение метания в подвижную цель, перелазание (перепрыгивание) через препятствие	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Выполняют упражнения наименьшее количество раз. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя. Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя
87	Коррекционная подвижная игра «Волк во рву»	1	Выполнение действий согласно правилам игры, перепрыгивание через препятствие	Осваивают и используют игровые умения	Осваивают и используют игровые умения
88	Коррекционная подвижная игра «Кто самый меткий»	1	Выполнение бега в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений. Выполнение действий согласно правилам игры, метание в цель	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Выполняют упражнения наименьшее количество раз. Выполняют упражнения с мячом по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя. Выполняют упражнения после инструкции и показа учителя
89	Коррекционная подвижная игра «Лягушка и цапля»	1	Выполнение ходьбы со сменой положений рук. Повторение правил игры. Удержание равновесия при движении	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Осваивают и используют игровые умения	Выполняют ходьбу по показу. Осваивают и используют игровые умения

00	TC	1	D	D	D
90	Коррекционная по-	1	Выполнение ходьбы в колон-	Выполняют ходьбу в колонне,	Выполняют ходьбу в колонне по
	движная игра «Кто		не по одному с различными	ориентируясь на образец вы-	одному с различными заданиями
	дальше бросит»		заданиями для рук. Построе-	полнения учителем и/или обу-	для рук по показу учителя.
			ние в круг.	чающимися 2 группы. Выпол-	Выполняют построение в круг и
91	Коррекционная по-	1	Выполнение комплекса	няют построение в круг с	комплекс утренней зарядки по
	движная игра «Кто		утренней гимнастики.	помощью учителя. Участвуют	инструкции учителя.
	дальше бросит»		Правильное удержание пред-	в различных видах игр по	Участвуют в различных видах
			мета, бросание предмета	инструкции и по показу учите-	игр после инструкции и показа
			вдаль правой и левой рукой,	ля, ориентируясь на поэтап-	учителя
			двумя руками	ный показ отдельных дей-	
				ствий (при необходимости,	
				повторный показ, дополни-	
				тельная индивидуальная	
				инструкция учителя)	
92	Коррекционная по-	1	Выполнение бега в чередова-	Выполняют бег в чередовании	Выполняют бег в чередовании с
	движная игра «Че-		нии с ходьбой в колонне по	с ходьбой в колонне по одно-	ходьбой в колонне по одному.
	рез ручей»		одному.	му под контролем педагога.	Отвечают на вопросы целым
93	Коррекционная по-	1	Беседа о значении утренней	Отвечают на вопросы одно-	предложением.
	движная игра «Че-		зарядки.	сложно.	Выполняют построение в круг и
	рез ручей»		Построение в круг и выпол-	Выполняют построение в круг	комплекс утренней зарядки по
			нение общеразвивающих	с помощью учителя. Осва-	инструкции учителя.
			упражнений типа зарядки.	ивают и используют игровые	Осваивают и используют игро-
			Перепрыгивание че-	умения	вые умения
			рез ручеёк, отталкиваясь		
			двумя ногами и мягко при-		
			земляясь, сгибая колени		
94	Коррекционная по-	1	Выполнение бега по прямой	Выполняют упражнения с мя-	Выполняют упражнения после
	движная игра		в шеренге. Выполнение	чом по инструкции и по пока-	инструкции и показа учителя

	«Пингвины»		общеразвивающих упражне-	зу учителя, ориентируясь на	
			ний.	поэтапный показ отдельных	
			Выполнение прыжков до	действий и операций в после-	
			зрительного ориентира на	довательности их выполнения,	
			двух ногах с мячом, зажатым	под пооперационным	
			между колен, стараясь не по-	(пошаговым) контролем учи-	
			терять мяч, приземляясь на	теля (при необходимости)	
			обе ноги		
			Легкая атле	етика – 5 часов	
95	Ходьба в колонне	1	Выполнение ходьбы с сохра-	Выполняют ходьбу в колонне	Выполняют ходьбу в колонне по
	по одному по кругу.		нением правильной осанки, в	по одному по кругу зала,	одному в обход зала за учителем
	Ходьба с различ-		затылок друг другу и осу-	ориентируясь на образец вы-	
	ными положениями		ществление зрительного	полнения учителем и/или обу-	
	рук		контроля за дистанцией.	чающимися 2 группы.	
			Выполнение ходьбы с раз-		
			личными положениями рук		
96	Бег правым, левым	1	Выполнение ходьбы со сме-	Выполняют ходьбу со сменой	Выполняют ходьбу со сменой по-
	боком вперед		ной положения рук.	положения рук под контролем	ложения рук по показу учителя.
			Сохранение положения пра-	учителя. Выполняют упражне-	Выполняют упражнения по
			вильной осанки во время вы-	ния на точность движения	инструкции и показу учителя.
			полнения бега.	ориентируясь на образец вы-	Удерживают правильное положе-
			Выполнение упражнений для	полнения учителем и/или обу-	ние тела во время ходьбы и
			укрепления голеностопных	чающимися 2 группы. Участ-	бега.
			суставов и стоп.	вуют в подвижной игре по по-	Играют в подвижную игру по по-
			Подвижная игра с прыжками	казу и инструкции учителя	казу и инструкции учителя
97	Толчком двух ног	1	Освоение прыжков вверх	Выполняют прыжки после	Выполняют прыжки после
	прыжок вверх, до-		толчком двух ног.	инструкции и неоднократного	инструкции и показа учителя.

	ставая предмет		Выполнение упражнений для	показа учителя.	Выполнение упражнений для
			укрепления мышц ног.	Выполнение упражнений для	укрепления мышц ног по показу
			Подвижная игра с элемен-	укрепления мышц ног с	учителя.
			тами лазания	наименьшим количеством раз.	Играют в подвижную игру после
				Подпрыгивают вверх, ориен-	инструкции и показа учителя
				тируясь на образец выполне-	
				ния учителем и/или обу-	
				чающимися 2 группы. Участ-	
				вуют в подвижной игре	
98	Прыжок в глубину	1	Освоение мягкого приземле-	Выполняют прыжок в глубину	Выполняют прыжки после
	с гимнастической		ния после прыжка.	с гимнастической скамейки,	инструкции и показа учителя;
	скамейки		Выполнение упражнений для	ориентируясь на образец вы-	удерживают правильное положе-
			укрепления мышц ног.	полнения учителем и/или обу-	ние тела в процессе выполнения
			Подвижная игра с метанием	чающимися 2 группы. Осва-	прыжков.
				ивают и используют игровые	Осваивают и используют игро-
				умения	вые умения
99	Метание малого	1	Выполнение бега по прямой	Выполняют бег под контролем	Выполняют бег после
	мяча с места в цель		в шеренге. Выполнение	учителя. Выполняют 3-5	инструкции, ориентируясь на
			общеразвивающих упражне-	упражнений. Выполняют раз-	зрительно-пространственные
			ний.	личные виды метания малых	опоры.
			Ознакомление с названием	мячей после инструкции и не-	Выполняют захват и удержание
			мяча для метания.	однократного показа учителя.	различных предметов для выпол-
			Освоение произвольного ме-	Участвуют в подвижной игре	нения метания после инструкции
			тания малого мяча.	по показу и инструкции учите-	и показа учителя.
			Игры с элементами общераз-	ля	Играют в подвижную игру после
			вивающих упражнений		инструкции учителя