|  |  |
| --- | --- |
| СОГЛАСОВАНО:  Заместитель директора по УВР: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Р.З.Юсупова  «02» 09. 2024г. | УТВЕРЖДАЮ:  Директор школы:  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_И.Н. Дейкова  «02» 09.2024г |

**Рабочая программа**

**по учебному предмету «Адаптивная физкультура»**

**из предметной области «Физическая культура»**

**для обучающихся с нарушением интеллекта**

**6Б класса (вариант 2)**

**на 2024-2025 учебный год**

Ответственный за реализацию программы

Бикмендеева Т.В.

учитель

Утверждено на заседании

Педагогического совета от «28» 08. 2024г

протокол № 7

\

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физкультура» составлена на основе:

-Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г,№273-ФЗ

-Приказ Минобрнауки России от 19 декабря 2014года №1598 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»

-Приказ Министерства просвещения РФ от 24 ноября 2022г №1026 «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»

-Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 17 июля 2024года №495 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных адаптированных образовательных программ»

**Цели рабочей программы**. Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с нарушениями интеллекта (далее - Стандарт) в качестве основных задач реализации содержания предмета адаптивная физическая культура в течение всего срока освоения адаптированной основной образовательной программы (далее - АООП) выделяет следующие:

1. Развитие восприятия собственного тела, осознание своих физических возможностей и ограничений.
2. Освоение доступных способов передвижения (в том числе с использованием технических средств).
3. Соотнесение самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью.
4. Формирование двигательных навыков, координации движений, физических качеств.
5. Освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности: ходьба на лыжах, спортивные и подвижные игры, туризм и других.

Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с нарушениями интеллекта далее - ПАООП) (2 вариант) целью занятий по адаптивной физической культуре определяет *повышение двигательной активности детей и обучение использованию полученных навыков в повседневной жизни*.

Основные задачи:

1. Формирование и совершенствование основных и прикладных двигательных навыков;

2. Формирование туристических навыков, умения ходить на лыжах, играть в спортивные игры;

3. Укрепление и сохранение здоровья детей, профилактика болезней и возникновения вторичных заболеваний.

Исходя из этого, целью рабочей программы по адаптивной физической культуре (2 вариант) для 6 классов является *оптимизация физического состояния и развития ребенка.*

Задачи:

1. *Образовательные*: развитие двигательных функций (способности к самостоятельному передвижению), формирование фонда жизненно важных движений, игровой деятельности.

2.*Воспитательные*: общее развитие и предупреждение вторичных эмоциональных и поведенческих расстройств, преодоление страхов, воспитание настойчивости, смелости, позитивного отношения к себе и окружающим.

3. *Коррекционно-компенсаторные*: преодоление двигательных нарушений, нормализация мышечного тонуса.

4.*Лечебно-оздоровительные и профилактические*: сохранение здоровья, повышение физиологической активности органов и систем профилактика осложняющих расстройств (стойких вегетативно-сосудистых и соматических нарушений).

5. *Развивающие*: повышение толерантности к нагрузке, развитие физических способностей, расширение объема мышечно-двигательных представлений и двигательной памяти.

**1. Общая характеристика программы.**

Физическая подготовленность обучающихся с нарушениями интеллекта значительно ниже обучающихся обычных классов коррекционной школы VIII вида. В беге наблюдается слабая двигательная активность, неравномерное участие ног в толчке, чрезмерное отклонение туловища вперёд или назад с запрокидыванием или опусканием головы, недостаточная координация движений рук и ног. Очень плохо освоены прыжки. При выполнении упражнений с мячом, гимнастической палкой обнаруживается неумение взять правильно предмет, удержать его, неумение распределять силу, соразмерять действия и т.д. Учащиеся не умеют произвольно управлять актом дыхания и правильно согласовывать его с движениями. Движения детей описываемой категории характеризуются чрезвычайно низким уровнем произвольности. Походка их неустойчива, движения хаотичны, плохо скоординированы, слабо регулируются мышечные усилия. Грубые нарушения зрительно-моторной координации. Грубое недоразвитие дифференцированных движений пальцев рук.

Наряду с этими особенностями, обусловленными состоянием психики, у данной категории обучающихся имеются нарушения в дыхательной системе, в ослаблении мышц, в отставании роста, нарушения в форме позвоночника и конечностей, характерны самые разнообразные нарушения моторики.

На уроках физической культуры в классах с нарушениями интеллекта у обучающихся выявляются затруднения в восприятии, понимании, выполнении общепринятых строевых команд, игровых правил и условий. Они с трудом усваивают названия частей тела и движений, часто не могут представить движение по словесному объяснению и соотнести инструкцию с показом, медленно усваивают ибыстро забывают предлагаемый материал. В связи с этим занятия носят характер повторения и закрепления в каждом последующем классе.

Занятия по физическому воспитанию строятся так, чтобы с их помощью решались как общие, так и коррекционные задачи. В занятия включаются физические упражнения, направленные на развитие всех основных движений, а также общеразвивающие упражнения, направленные на укрепление опорно-двигательного аппарата, сердечно - сосудистой системы, органов дыхания, на развитие основных движений.

Система физического воспитания, объединяющая все формы занятий физическими упражнениями, должна способствовать социализации ученика в общество, формированию духовных способностей ребёнка. В связи с этим в основе обучения физическим упражнениям детей с нарушениями интеллекта просматриваются следующие принципы:

* индивидуализация и дифференциация процесса обучения;
* коррекционная направленность обучения;
* оптимистическая перспектива;
* комплексность обучения на основе прогрессивных психолого-педагогических и психолого-физиологических теорий;
* цикличность проведения упражнений и видов занятий.

На уроках адаптивной физкультуры проводятся подготовительные упражнения и разминка перед основной частью урока. Наращивание физической нагрузки на уроке производится постепенно и обязательно с учётом структуры дефекта каждого учащегося, опираясь на их сохранные возможности, осуществляя дифференцированный и индивидуальный подход в обучении. Физическое воспитание предусматривает охрану жизни и укрепление здоровья детей, формирование у них двигательных умений и навыков, развитие физических качеств, воспитание культурно-гигиенических навыков и привычек, развитие интереса к физическим упражнениям и подвижным играм, а также способствует формированию волевых черт личности.

Материал программы состоит из следующих разделов:

гимнастика, лёгкая атлетика, лыжная подготовка, подвижные игры.

Раздел «Гимнастика» включает в себя специальные физические упражнения, которые позволяют воздействовать на различные звенья опорно-двигательного аппарата, мышечные группы и системы, корригировать недостатки развития. Это различные построения, перестроения; упражнения на укрепление мышц кистей и пальцев, на формирование и коррекцию осанки, для укрепления голеностопных суставов и стоп, для укрепления мышц туловища; лазание, перелезание; упражнения с предметами; дыхательные упражнения.

Раздел «Лёгкая атлетика» состоит из различных видов ходьбы, бега, прыжков, метаний малого мяча, упражнений с большим мячом. В данном разделе проводится обучение элементам лёгкой атлетики, на основе развития у учащихся быстроты, гибкости, ловкости на доступном уровне, индивидуально для каждого ребёнка.

Раздел «Игры» состоит из подвижных игр большой, средней и малой подвижности. В занятия могут быть включены упражнения по переноске различных тяжестей, ритмические упражнения.

**Формы и методы организации образовательного процесса.**

**Основные формы организации образовательного процесса в школе** — уроки физической культуры, физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня, спортивные соревнования и праздники, занятия в спортивных секциях и кружках, самостоятельные занятия физическими упражнениями.

**Уроки физической культуры** — это основная форма организации учебной деятельности учащихся в процессе освоения ими содержания предмета. Они планируются в учебных планах по всем специальностям, и их проведение обеспечивается педагогами по физической культуре.

**Самостоятельные занятия физической культурой, спортом** способствуют лучшему усвоению учебного материала, позволяют увеличить общее время занятий физическими упражнениями, ускоряют процесс физического совершенствования, являются одним из путей внедрения физической культуры и спорта в быт и отдых учащихся.

**Физические упражнения в режиме дня** направлены на укрепление здоровья повышения умственной и физической работоспособности, оздоровление условий учебного труда, быта и отдыха учеников, увеличение бюджета времени на физическое воспитание.

**Массовые оздоровительные, физкультурные и спортивные мероприятия** направлены на широкое привлечение подростков к регулярным занятиям физической культурой и спортом, на укрепление здоровья, совершенствование физической и спортивной подготовленности учащихся. Организация занятий приобретает самые разнообразные формы.

Основной формой является урок: уроки спортивной тренировки, уроки прикладной физической подготовки, лечебные уроки, методические уроки, уроки с образовательной, воспитательной и гигиенической направленностью.

**Методы образовательного процесса.**

На уроках физкультуры в школе применяются традиционные дидактические методы: - словесные; - наглядные; - практического упражнения.

1. В словесных методах часто используются: - объяснения, когда идет сообщение нового материала; - пояснения и комментарии при выполнении учащимися отдельных элементов техники, для исправления ошибок и неточностей; - рассказ, беседа проводится при изучении инструкции по технике безопасности.

Для повышения активности деятельности учащихся на занятиях применяются следующие словесные методы:

* команды: для перестроений и построений, движений по залу;
* указания (методические и организационные);
* подсчет: для проведения упражнений разминки на месте и в ходьбе.

1. Наглядные методы даются с использованием непосредственного и опосредственного показа.

Показ на уроках физкультуры играет особую роль, так как учащиеся запоминают не то, что слышат, а то, что видят. Поэтому необходимо соблюдать требования к непосредственному показу. Он должен быть правильным, точным и даваться с нужными пространственно - временными характеристиками. Показ педагога часто сопровождается словесными комментариями.

1. Очень большая и важная группа методов – это практическое выполнение упражнений. Сколько бы учащийся не знал и не видел упражнений, если он не будет его выполнять сам, то никогда его не освоит. Все движения нужно прочувствовать через своё тело и только при неоднократном повторении упражнения происходит их заучивание.

**Методы практического выполнения упражнений проводятся:**

- целостным методом: строго регламентированного упражнения, частично регламентированного упражнения;

- расчленённым методом;

- игровым методом;

- соревновательным методом.

Все эти методы применяются нами на уроках физической культуры. Отличительной чертой является индивидуальный подход к обучающимся. Это объясняется, прежде всего, различными уровнями здоровья обучающихся, их физическими и психическими способностями, разным уровнем развития физических качеств и техники движений. Современный урок физической культуры требует от педагога применения различных форм и методов обучения, направленных на формирование у учащихся необходимых навыков и умений. Урок должен быть высокоэффективным и в развитии физических качеств. Вопросы оптимизации преподавания физической культуры в современных условиях представляются весьма актуальными и ставят перед учителем довольно сложные задачи.

**Структура занятий:**

Урок по физической культуре проводится по твёрдому расписанию, под руководством учителя. Урок состоит из трёх частей:

* Подготовительная часть
* Основная часть.
* Заключительная часть.

Обучающимся с нарушением интеллекта оценки не выставляются, но устно они поощряются учителем за старание, за правильное выполнение упражнений, участие в игре. Занятия проходят в живой, эмоциональной форме, с использованием подвижных игр, упражнения сопровождаются стишками, потешками, песнями.

* 1. **Описание места учебного предмета в учебном плане.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Класс** | **Количество часов** | |
|  | **В неделю** | **В год** |
| 6 | 3 | 99 ч |

* 1. **Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета «Адаптивная физкультура».**

Содержание учебного предмета «Физическая культура» направленно на воспитание высоконравственных, творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в общественной и профессиональной деятельности, умело использующих ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации здорового образа жизни.

**Ценность жизни** – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.

**Ценность природы** основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира – частью живой и неживой природы. Любовь к природе – это бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства.

**Ценность человека** как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально-нравственного здоровья.

**Ценность добра** – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности – любви.

**Ценность истины** – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.

**Ценность семьи** как первой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.

**Ценность труда и творчества** как естественного условия человеческой жизни, состояния нормального человеческого существования.

**Ценность свободы** как свободы выбора человеком своих мыслей и поступков образа жизни, но свободы, естественно ограниченной нормами, правилами, законами общества, членом которого всегда по всей социальной сути является человек.

**Ценность социальной солидарности** как признание прав и свобод человека, обладание чувствами справедливости, милосердия, чести, достоинства по отношению к себе и к другим людям.

**Ценность гражданственности** – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

**Ценность патриотизма** – одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, малой родине, в осознанном желании служить Отечеству.

**Ценность человечества** – осознание человеком себя как части мирового сообщества, для существования и прогресса которого необходимы мир, сотрудничество народов и уважение к многообразию их культур.

**Академический компонент.**

**-** Знать правила поведения в физкультурном зале;

- Уметь планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня;

- Умение находить наиболее эффективные способы решения двигательной задачи здесь и сейчас;

**-** Уметь организовывать отдых с использованием средств физической культуры;

- Уметь выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

- Сравнение физических упражнений по критериям эффективности для решения различных задач;

- Выполнять жизненно важные двигательные навыки;

- Организовывать со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;

- Проводить занятия физическими упражнениями с разной целевой направленностью;

- Объяснять технику выполнений двигательных действий, находить ошибки и исправлять их;

- Соблюдать требования техники безопасности, бережно относиться к спортивному оборудованию;

**Жизненные компетенции.**

Под «жизненной компетенцией» понимается совокупность знаний, умений и навыков, необходимых ребенку в обыденной жизни. Формирование основ жизненной компетентности, это очень трудоѐмкий и длительный процесс, но он должен работать на каждом уроке и внеурочной деятельности. Главная проблема самих детей с нарушением интеллекта заключается в нарушении их связи с окружающим миром, в ограниченной мобильности, бедности контактов со сверстниками и взрослыми. Важно научить их быть общительными, разумно активными, обращаться за помощью и принимать ее, воспитывать хорошие привычки, культурное поведение.

Одним из средств, улучшающих эти компетенции, а так же психическое и физическое состояние детей, является физическая культура.  
Физическая культура для детей с нарушением интеллекта – это не только одно из средств устранения недостатков в двигательной сфере, но и полноценное физическое развитие, укрепление здоровья, адаптация в социуме.

* 1. **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРЕДМЕТА**

**В процессе изучения программы учащиеся овладеют базовыми учебными действиями.**

**Личностные:**

**-** положительно относиться к занятиям двигательной деятельностью;

- уметь использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных потребностей;

- достигать личностно значимых результатов в физическом совершенстве;

- развивать готовность к сотрудничеству;

- стремиться к физическому совершенству;

- проявлять дисциплинированность, управлять своими эмоциями;

- формировать потребность к здоровому образу жизни;

- формировать выносливость и силу воли при выполнении физических упражнений;

- стремиться преодолевать себя;

- стремиться к физическому развитию.

**Познавательные базовые учебные действия:**

- уметь объяснять задания, выделять необходимую информацию;

- понимать причины успеха и неудачи;

- уметь работать по алгоритму;

- выбирать эффективные способы решения учебной задачи;

- уметь строить по росту, выполнять простые команды;

- уметь планировать спортивные занятия в режиме дня;

- уметь организовывать деятельность с учётом требований безопасности;

- уметь контролировать скорость и расстояние при беге;

- уметь бежать со средней скоростью и ускоряться;

- организовывать отдых, досуг в течение дня с использованием средств физической культуры;

- уметь выбирать для себя с учётом своих особенностей способ закаливания;

- уметь отслеживать состояние своего здоровья.

**Коммуникативные базовые учебные действия:**

- уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;

- уметь продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной двигательной деятельности;

- уметь учитывать позиции других участников двигательной деятельности, эффективно разрешать конфликты;

- приобретать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми;

- уметь использовать речевые средства и средства информационных и коммуникационных технологий для решения коммуникативных и познавательных задач;

- уметь комментировать выполняемые упражнения;

- уметь полно и ясно выражать свои мысли;

- уметь правильно поставить вопрос;

- уметь дополнять ответы других, высказывать свои версии;

- сохранять доброжелательные отношения друг к другу, формировать навык учебного сотрудничества;

- уметь оценивать действия партнёра.

**Регулятивные базовые учебные действия:**

- уметь настраиваться на рабочую деятельность;

- уметь обсуждать проблемные вопросы, а затем сравнивать свой результат;

- различать допустимые и недопустимые формы поведения;

- бережно относиться к другим людям;

- бережно обращаться с инвентарём, соблюдать требования техники безопасности к месту проведения;

- технически правильно выполнять двигательные действия;

- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам,находить с ними общие интересы;

- уметь через диалог разрешать конфликты;

- соотносить известное и неизвестное.

**Условия, обеспечивающие развитие БУД**

Формирование БУД в образовательном процессе определяется тремя следующими взаимодополняющими положениями:

       Формирование БУД как цель образовательного процесса определяет его содержание и организацию.

       Формирование БУД происходит в контексте усвоения разных предметных дисциплин.

       БУД, их свойства и качества определяют эффективность образовательного процесса, в частности усвоение знаний и умений, формирование образа мира и основных видов компетентности учащегося, в том числе социальной и личностной.

**Предметные результаты по физкультуре:**

**Минимальный уровень:**

**-** знать строевые команды;

**-** знать своё место в строю;

- знать правила поведения на занятиях;

- уметь выполнять ходьбу с фиксированным дыханием;

- уметь выполнять удерживание на голове груза с сохранением правильной осанки;

- уметь перелезать со скамейки на скамейку;

- уметьпере­давать большой мяч в колонне назад и вперед с поворотами;

**-** уметь ходить с перешагиванием через большие мячи с высоким подни­манием бедра;

**Достаточный уровень:**

**-** знать,как правильно дышать во время ходьбы и бега;

**-** знать кто такой «направляющий» и «замыкающий»;

- знать правила одной-двух изученных игр;

- уметь подтягиваться на руках на гимнастической скамейке;

**-** уметь ходить по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы;

**-** уметьвыполнять прыж­ки с небольшого разбега в длину;

- уметь метать теннисный мяч с места од­ной рукой в стену;

- уметь выполнять бег с высоким подниманием бед­ра;

-

* 1. **Содержание учебного предмета «Физкультура».**

**Основы знаний.**

Правила поведения в физкультурном зале, на спортивной площадке. Понятие о начале ходьбы и бега; ознакомление учащихся с правильным дыханием во время ходьбы и бега.

**Лёгкая атлетика. Освоение навыков ходьбы:** ходьба с различным положением рук: на пояс, к плечам, перед грудью, за голову; ходь­ба с изменением направлений по команде учителя; ходьба с перешагиванием через большие мячи с высоким подни­манием бедра. **Освоение навыков бега:** бег на месте с высоким подниманием бед­ра; чередование бега и ходьбы на расстоянии до 40 м (20 м — бег, 20 м — ходьба); быстрый бег на скорость 20—30 м; медленный бег до 1,5 мин. **Освоение навыков прыжков:** прыжки с продвижени­ем вперед, в стороны; прыж­ки с небольшого разбега в длину; прыжки с прямого разбега в высоту. **Освоение навыков метания:** метание большого мяча двумя руками из-за голо­вы; броски набивного мяча из-за головы; метание теннисного мяча с места од­ной рукой в стену и на дальность.

**Гимнастика.**

**Строевые упражнения:** построение в шеренгу и равнение по носкам по команде учителя; выполнение команд: «Равняйсь!», «Смирно!», «Вольно!», «На месте шагом марш!», «Шагом марш!», «Класс, стой!»;повороты (направо, налево) переступанием; перестроение из колонны по одному в круг, двигаясь за учителем; перестроение из колонны по одному в колонну по двое через середину, взявшись за руки. Расчет по порядку.

**Общеразвивающие упражнения без предметов:** упражнения на дыхание; упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев; основные положения и движения рук, ног, туло­вища, головы; упражнения для формирования правильной осанки; упражнения для укрепления голеностопных суставов и стоп; упражнения для укрепления мышц туловища**. Упражнения с предметами:** упражнения с гимнастическими палками; упражнения с большими обручами; упражнения с малыми мячами. **Лазание и перелезание:** лазание по наклонной гимна­стической скамейке (угол 20°) одноименным и разноименным спо­собами; лазание по гимнастической стенке одноименным и разноименным спо­собами; ползание на четвереньках на полу по кругу с толканием впе­реди себя набивного мяча, в сторону и на скорость; подлезание под препятствие высотой 50—60 см»; перелезание через пре­пятствие высотой до 70 см; перелезание со скамейки на скамейку произвольным способом (расстояние между скамейками — 20— 30 см). **Упражнения в равновесии:** ходьба по гимнастиче­ской скамейке с предметом; ходьба по наклонной скамейке (высота верхнего конца скамейки 30—40 см); ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием через предметы высотой 10—15 см; ходьба по гимнастической скамейке боком приставными шагами. Стойка на одной ноге, с различным положением рук. **Переноска грузов и передача предметов:** переноска двух набивных мячей до 4 кг различными способами (катанием, на руках); переноска гимнастических палок от 8 до 10 штук; пере­дача большого мяча в колонне назад и вперед с поворотами для передачи мяча; коллективная переноска гимнастических матов, низкого бревна, гимнастических скамеек. **Упражнения для развития пространственно - временной дифференцировки и точности движе­ний:** построение в шеренгу с изменением места построения по заданному ориентиру (черта, квадрат); прыжок в длину с места в обозначенный ориентир и воспроизведение его без контроля зре­ния; шаг вперед, назад, вправо в обозначенное место с открытыми и закрытыми глазами; изменение направления лазанья по опре­деленным ориентирам; подбрасывание мяча вверх до определен­ного ориентира; выполнение исходных положений рук по словес­ной инструкции учителя. **Лыжная подготовка.**  Построение в одну шеренгу с лыжами; выполнение команд: «Становись!», «Разойдись!»; прикрепление лыж к обуви, снятие лыж; передвижение по лыжне без палок; передвижение на лыжах ступающим шагом; передвижение на лыжах скользящим шагом; передвижение на лы­жах 0,3 км (за урок);**игра:** «Снежком по мячу».

**Подвижные игры. Коррекционные игры:** «Товарищи командиры», «Два сигнала», «Запрещенные движения». **Игры с элементами общеразвивающих упражнений:** «Мяч соседу», «Перетягивание в парах». **Игры с бегом:** «Белые медведи», «Через кочки и пенечки». **Игры с прыжками:** «Прыжки по полоскам», «Точный прыжок». **Игры с бросанием, ловлей и метанием:** «Гонка мячей по кругу», «Мяч среднему», «Попади в цель». **Линейные эстафеты**

* 1. **Календарно – тематическое планирование.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Тематика занятий | Дата | Планируемые результаты | | | | | |
| Академические | Личностные | Базовые учебные действия | | | Воспитательная деятельность |
| Познавательные | Коммуникативные | Регулятивные |
|  | **ОСНОВЫ ЗНАНИЙ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Правила поведения в физкультурном зале, на спортивной площадке. Понятие о начале ходьбы и бега; ознакомление учащихся с правильным дыханием во время ходьбы и бега |  | Знать комплексы утренней гимнастики | Выражают положительное от­ношение к процессу познания | Обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой | Анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения | Речевые действия как средства регуляции собственной деятельности. | формирование познавательной активности |
|  | Закрепить правила поведения в физкультурном зале, на спортивной площадке. Понятие о начале ходьбы и бега; ознакомление учащихся с правильным дыханием во время ходьбы и бега |  | Знать омплексы утренней гимнастики | Выражают положительное от­ношение к процессу познания | Обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой | Анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения | Речевые действия как средства регуляции собственной деятельности. | формирование познавательной активности |
|  | **ЛЁГКАЯ АТЛЕТИКА** |  |  |  |  |  |  |  |
| 3. | ***Освоение навыков ходьбы.***  Ходьба с различным положением рук: на пояс, к плечам, перед грудью, за голову; ходь­ба с изменением направлений по команде учителя |  | Уметь выполнять ходьбу с различным положением рук: на пояс, к плечам, перед грудью, за голову; ходь­ба с изменением направлений по команде учителя. | Умеют применять правила делового сотрудничества | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления. | Следование морально-этическим и психологическим принципам общения и сотрудничества. | создание атмосферы сотрудничества учителя и учащихся |
| 4 | Закрепить ходьбу с различным положением рук: на пояс, к плечам, перед грудью, за голову; ходь­ба с изменением направлений по команде учителя |  | Уметь выполнять ходьбу с различным положением рук: на пояс, к плечам, перед грудью, за голову; ходь­ба с изменением направлений по команде учителя. | Умеют применять правила делового сотрудничества | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления. | Следование морально-этическим и психологическим принципам общения и сотрудничества. | создание атмосферы сотрудничества учителя и учащихся |
| 5 | Ходьба с перешагиванием через большие мячи с высоким подни­манием бедра. |  | Уметь выполнять ходьбу с перешагиванием через большие мячи с высоким подни­манием бедра. | Дают адекватную оценку результатам своей учебной деятельности. | Самостоятельно создают способы решения проблем творческого и поискового характера | Умеют отстаивать точку зрения, аргументировать, формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы | Определяют цели УД; работают по составленному плану. | Воспитание дисциплинированности и организованности |
| 6 | Повторение ходьбы с перешагиванием через большие мячи с высоким подни­манием бедра. |  | Уметь выполнять ходьбу с перешагиванием через большие мячи с высоким подни­манием бедра. | Дают адекватную оценку результатам своей учебной деятельности. | Самостоятельно создают способы решения проблем творческого и поискового характера | Умеют отстаивать точку зрения, аргументировать, формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы | Определяют цели УД; работают по составленному плану. | Воспитание дисциплинированности и организованности |
| 7 | ***Освоение навыков бега.***  Бег на месте с высоким подниманием бед­ра; чередование бега и ходьбы на расстоянии 40 м (20 м - бег, 20 м – ходьба) |  | Уметь выполнять бег на месте с высоким подниманием бед­ра, чередование бега и ходьбы на расстоянии 40 м (20 м - бег, 20 м – ходьба) | Умеют оценивать свою учебную деятельность | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Умеют отстаивать точку зрения, аргументировать, формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы | Определяют цели УД; работают по составленному плану | Воспитание активности, самостоятельности |
| 8 | Повторить бег на месте с высоким подниманием бед­ра; чередование бега и ходьбы на расстоянии 40 м (20 м - бег, 20 м – ходьба) |  | Уметь выполнять бег на месте с высоким подниманием бед­ра, чередование бега и ходьбы на расстоянии 40 м (20 м - бег, 20 м – ходьба) | Умеют оценивать свою учебную деятельность | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Умеют отстаивать точку зрения, аргументировать, формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы | Определяют цели УД; работают по составленному плану | Воспитание активности, самостоятельности |
| 9 | Быстрый бег на скорость 20—30 м; медленный бег до 1,5 мин. |  | Уметь выполнять бег на скорость 20—30 м; медленный бег до 1,5 мин. | Проявляют познавательный интерес к изучению предмета | Использовать двигательные действия из базовых видов спорта в игровой и соревновательной деятельности | Умеют выполнять различные роли в группе, сотрудничают в совместном решении задачи | Работают по составленному плану, используют основные и дополнительные средства получения информации | Формирование интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями |
| 10 | Закрепить быстрый бег на скорость 20—30 м; медленный бег до 1,5 мин. |  | Уметь выполнять бег на скорость 20—30 м; медленный бег до 1,5 мин. | Проявляют познавательный интерес к изучению предмета | Использовать двигательные действия из базовых видов спорта в игровой и соревновательной деятельности | Умеют выполнять различные роли в группе, сотрудничают в совместном решении задачи | Работают по составленному плану, используют основные и дополнительные средства получения информации | Формирование интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями |
| 11 | Повторение беговых упражнений |  | Уметь отрабатывать технику беговых упражнений | Объясняют отличия  в оценках одной и той  же ситуации разными людьми | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности | Умеют выполнять различные роли в группе, сотрудничают в совместном решении задачи | Работают по составленному плану, используют основные и дополнительные средства получения информации | воспитание трудолюбия, старательности, заинтересованности в результате своего труда, |
| 12 | ***Освоение навыков прыжков.***  Прыжки с продвижени­ем вперед; прыж­ки с небольшого разбега в длину |  | Уметь выполнять прыжки с продвижени­ем вперед, прыжки с небольшого разбега в длину | Объясняют отличия  в оценках одной и той  же ситуации разными людьми | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности | Умеют выполнять различные роли в группе, сотрудничают в совместном решении задачи | Работают по составленному плану, используют основные и дополнительные средства получения информации | воспитание трудолюбия, старательности, заинтересованности в результате своего труда, |
| 13 | Закрепить прыжки с продвижени­ем вперед; прыж­ки с небольшого разбега в длину |  | Уметь выполнять прыжки с продвижени­ем вперед, прыжки с небольшого разбега в длину | Объясняют отличия  в оценках одной и той  же ситуации разными людьми | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности | Умеют выполнять различные роли в группе, сотрудничают в совместном решении задачи | Работают по составленному плану, используют основные и дополнительные средства получения информации | воспитание трудолюбия, старательности, заинтересованности в результате своего труда, |
| 14 | Прыжки с прямого разбега в высоту. |  | Уметь выполнять прыжки с прямого разбега в высоту. | Выражают положительное от­ношение к процессу познания | Обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой | Определяют цель учебной деятельности, осуществляют поиск средств  её достижения | Составляют план выполнения заданий совместно с учителем | воспитание самостоятельности учащихся, |
| 15 | Повторение прыжковых упражнений |  | Уметь отрабатывать технику прыжковых упражнений | Умеют применять правила делового сотрудничества | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Критично относятся к своему мне­нию | Понимают причины неуспеха, выход и этой ситуации | формирование познавательной активности |
| 16 | ***Освоение навыков метания*.**  Метание большого мяча двумя руками из-за голо­вы |  | Уметь выполнять метание большого мяча двумя руками из-за голо­вы | Выражают положительное от­ношение к процессу познания | Обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой | Определяют цель учебной деятельности, осуществляют поиск средств  её достижения | Составляют план выполнения заданий совместно с учителем | воспитание самостоятельности учащихся, |
| 17 | Закрепить метание большого мяча двумя руками из-за голо­вы |  | Уметь выполнять метание большого мяча двумя руками из-за голо­вы | Выражают положительное от­ношение к процессу познания | Обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой | Определяют цель учебной деятельности, осуществляют поиск средств  её достижения | Составляют план выполнения заданий совместно с учителем | воспитание самостоятельности учащихся, |
| 18 | Броски набивного мяча из-за головы |  | Уметь выполнять броски набивного мяча из-за головы. | Выражают положительное от­ношение к процессу познания | Обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой | Определяют цель учебной деятельности, осуществляют поиск средств  её достижения | Составляют план выполнения заданий совместно с учителем | воспитание самостоятельности учащихся, |
| 19 | Закрепить броски набивного мяча из-за головы |  | Уметь выполнять броски набивного мяча из-за головы. | Выражают положительное от­ношение к процессу познания | Обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой | Определяют цель учебной деятельности, осуществляют поиск средств  её достижения | Составляют план выполнения заданий совместно с учителем | воспитание самостоятельности учащихся, |
| 20 | Продолжить броски набивного мяча из-за головы |  | Уметь выполнять броски набивного мяча из-за головы. | Выражают положительное от­ношение к процессу познания | Обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой | Определяют цель учебной деятельности, осуществляют поиск средств  её достижения | Составляют план выполнения заданий совместно с учителем | воспитание самостоятельности учащихся, |
| 21 | Метание теннисного мяча с места од­ной рукой в стену. |  | Уметь выполнять метание теннисного мяча с места од­ной рукой в стену. | Умеют применять правила делового сотрудничества | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Критично относятся к своему мне­нию | Понимают причины неуспеха, выход и этой ситуации | формирование познавательной активности |
| 22 | Метание теннисного мяча с места од­ной рукой на дальность. |  | Уметь выполнять метание теннисного мяча с места од­ной рукой на дальность. | Умеют применять правила делового сотрудничества | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Критично относятся к своему мне­нию | Понимают причины неуспеха, выход и этой ситуации | формирование познавательной активности |
| 23 | Закрепить метание теннисного мяча с места од­ной рукой в стену и на дальность. |  | Уметь выполнять метание теннисного мяча с места од­ной рукой в стену и на дальность. | Умеют применять правила делового сотрудничества | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Критично относятся к своему мне­нию | Понимают причины неуспеха, выход и этой ситуации | формирование познавательной активности |
| 24 | ***Переноска грузов и передача предметов*.**  Переноска двух набивных мячей до 4 кг различными способами (катанием, на руках). Переноска гимна­стических палок от 8 до 10 штук. |  | Уметь выполнять переноску двух набивных мячей до 4 кг различными способами (катанием, на руках). Переноска гимна­стических палок от 8 до 10 штук. | Проявляют познавательный интерес к изучению предмета | Использовать двигательные действия из базовых видов спорта в игровой и соревновательной деятельности | Вступать в контакт и работать в коллективе (учитель -ученик, ученик –ученик, ученик –класс, учитель-класс) | Активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников | воспитание чувства коллективизма, взаимопомощи, |
| 25 | Продолжить перенос двух набивных мячей до 4 кг различными способами (катанием, на руках). Переноска гимна­стических палок от 8 до 10 штук. |  | Уметь выполнять переноску двух набивных мячей до 4 кг различными способами (катанием, на руках). Переноска гимна­стических палок от 8 до 10 штук. | Проявляют познавательный интерес к изучению предмета | Использовать двигательные действия из базовых видов спорта в игровой и соревновательной деятельности | Вступать в контакт и работать в коллективе (учитель -ученик, ученик –ученик, ученик –класс, учитель-класс) | Активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников | воспитание чувства коллективизма, взаимопомощи, |
| 26 | Закрепить перенос двух набивных мячей до 4 кг различными способами (катанием, на руках). Переноска гимна­стических палок от 8 до 10 штук. |  | Уметь выполнять переноску двух набивных мячей до 4 кг различными способами (катанием, на руках). Переноска гимна­стических палок от 8 до 10 штук. | Проявляют познавательный интерес к изучению предмета | Использовать двигательные действия из базовых видов спорта в игровой и соревновательной деятельности | Вступать в контакт и работать в коллективе (учитель -ученик, ученик –ученик, ученик –класс, учитель-класс) | Активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников | воспитание чувства коллективизма, взаимопомощи, |
| 27 | Пере­дача большого мяча в колонне назад и вперед с поворотами для передачи мяча. |  | Уметь выполнять передачу большого мяча в колонне назад и вперед с поворотами для передачи мяча. | Дают адекватную оценку результатам своей учебной деятельности. | Самостоятельно создают способы решения проблем творческого и поискового характера | Умеют отстаивать точку зрения, аргументировать, формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы | Определяют цели УД; работают по составленному плану. | воспитание трудолюбия, старательности, заинтересованности в результате своего труда |
| 28 | Закрепить пере­дачу большого мяча в колонне назад и вперед с поворотами для передачи мяча. |  | Уметь выполнять передачу большого мяча в колонне назад и вперед с поворотами для передачи мяча. | Дают адекватную оценку результатам своей учебной деятельности. | Самостоятельно создают способы решения проблем творческого и поискового характера | Умеют отстаивать точку зрения, аргументировать, формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы | Определяют цели УД; работают по составленному плану. | воспитание трудолюбия, старательности, заинтересованности в результате своего труда |
| 29 | Коллективная переноска гимнастических матов, низкого бревна, гимнастических скамеек. |  | Уметь выполнять коллективную переноску гимнастических матов, низкого бревна, гимнастических скамеек. | Умеют применять правила делового сотрудничества | Обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой | Умеют выполнять различные роли в группе, сотрудничают в совместном решении задачи | Следование морально-этическим и психологическим принципам общения и сотрудничества. | формирование познавательной активности развитие общественно – активной личности |
| 30 | Продолжить коллективную переноску гимнастических матов, низкого бревна, гимнастических скамеек. |  | Уметь выполнять коллективную переноску гимнастических матов, низкого бревна, гимнастических скамеек. | Умеют применять правила делового сотрудничества | Обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой | Умеют выполнять различные роли в группе, сотрудничают в совместном решении задачи | Следование морально-этическим и психологическим принципам общения и сотрудничества. | формирование познавательной активности развитие общественно – активной личности |
|  | **ГИМНАСТИКА** |  |  |  |  |  |  |  |
| 31 | ***Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения без предметов*.**  Построение в шеренгу и равнение по носкам по команде учителя. Выполнение команд: «Равняйсь!», «Смирно!», «Вольно!», «На месте шагом марш!», «Шагом марш!», «Класс, стой!». Повороты (направо, налево) переступанием. |  | Уметь выполнять построение в шеренгу и равнение по носкам по команде учителя,  выполнение команд: «Равняйсь!», «Смирно!», «Вольно!», «На месте шагом марш!», «Шагом марш!», «Класс, стой!»; повороты (направо, налево) переступанием. | Умеют оценивать свою учебную деятельность | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Умеют принимать точку зрения дру­гого; умеют организовать учебное взаимодействие в коллективе | Определяют цели УД; работают по составленному плану. | воспитание трудолюбия, старательности, заинтересованности в результате своего труда, |
| 32 | Продолжить построение в шеренгу и равнение по носкам по команде учителя. Выполнение команд: «Равняйсь!», «Смирно!», «Вольно!», «На месте шагом марш!», «Шагом марш!», «Класс, стой!». Повороты (направо, налево) переступанием. |  | Уметь выполнять построение в шеренгу и равнение по носкам по команде учителя,  выполнение команд: «Равняйсь!», «Смирно!», «Вольно!», «На месте шагом марш!», «Шагом марш!», «Класс, стой!»; повороты (направо, налево) переступанием. | Умеют оценивать свою учебную деятельность | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Умеют принимать точку зрения дру­гого; умеют организовать учебное взаимодействие в коллективе | Определяют цели УД; работают по составленному плану. | воспитание трудолюбия, старательности, заинтересованности в результате своего труда, |
| 33 | Закрепить построение в шеренгу и равнение по носкам по команде учителя. Выполнение команд: «Равняйсь!», «Смирно!», «Вольно!», «На месте шагом марш!», «Шагом марш!», «Класс, стой!». Повороты (направо, налево) переступанием. |  | Уметь выполнять построение в шеренгу и равнение по носкам по команде учителя,  выполнение команд: «Равняйсь!», «Смирно!», «Вольно!», «На месте шагом марш!», «Шагом марш!», «Класс, стой!»; повороты (направо, налево) переступанием. | Умеют оценивать свою учебную деятельность | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Умеют принимать точку зрения дру­гого; умеют организовать учебное взаимодействие в коллективе | Определяют цели УД; работают по составленному плану. | воспитание трудолюбия, старательности, заинтересованности в результате своего труда, |
| 34 | Перестроение из колонны по одному в круг, двигаясь за учителем. |  | Уметь выполнять перестроение из колонны по одному в круг, двигаясь за учителем | Умеют оценивать свою учебную деятельность | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Умеют принимать точку зрения дру­гого; умеют организовать учебное взаимодействие в коллективе | Определяют цели УД; работают по составленному плану. | воспитание трудолюбия, старательности, заинтересованности в результате своего труда, |
| 35 | Закрепить перестроение из колонны по одному в круг, двигаясь за учителем. |  | Уметь выполнять перестроение из колонны по одному в круг, двигаясь за учителем | Умеют оценивать свою учебную деятельность | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Умеют принимать точку зрения дру­гого; умеют организовать учебное взаимодействие в коллективе | Определяют цели УД; работают по составленному плану. | воспитание трудолюбия, старательности, заинтересованности в результате своего труда, |
| 36 | Перестроение из колонны по одному в колонну по двое через середину, взявшись за руки. Расчет по порядку. |  | Уметь выполнять перестроение из колонны по одному в колонну по двое через середину, взявшись за руки, расчет по порядку. | Объясняют себе свои наиболее заметные достижения | Самостоятельно создают способы решения проблем творческого и поискового характера | Умеют выполнять различные роли в группе, сотрудничают в совместном решении задачи | Определяют цели УД; работают по составленному плану | Воспитание позитивных морально-волевых качеств |
| 37 | Закрепить перестроение из колонны по одному в колонну по двое через середину, взявшись за руки. Расчет по порядку. |  | Уметь выполнять перестроение из колонны по одному в колонну по двое через середину, взявшись за руки, расчет по порядку. | Объясняют себе свои наиболее заметные достижения | Самостоятельно создают способы решения проблем творческого и поискового характера | Умеют выполнять различные роли в группе, сотрудничают в совместном решении задачи | Определяют цели УД; работают по составленному плану | Воспитание позитивных морально-волевых качеств |
| 38 | ОРУ без предметов |  | Уметь выполнять ОРУ без предметов | Проявляют познавательный интерес к изучению предмета | Использовать двигательные действия из базовых видов спорта в игровой и соревновательной деятельности | Вступать в контакт и работать в коллективе (учитель -ученик, ученик –ученик, ученик –класс, учитель-класс) | Активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников | воспитание чувства коллективизма, взаимопомощи, |
| 39 | Продолжить ОРУ без предметов |  | Уметь выполнять ОРУ без предметов | Проявляют познавательный интерес к изучению предмета | Использовать двигательные действия из базовых видов спорта в игровой и соревновательной деятельности | Вступать в контакт и работать в коллективе (учитель -ученик, ученик –ученик, ученик –класс, учитель-класс) | Активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников | воспитание чувства коллективизма, взаимопомощи, |
| 40. | ***Упражнения с предметами. Лазание и перелезание.***  Упражнения с гимнастическими палками. Лазание по наклонной гимнастической скамейке (угол 20°) одноименным и разноименным спо­собами. |  | Уметь выполнять комплекс ОРУ с гимнастической палкой, лазание по наклонной гимна­стической скамейке (угол 20°) разноименными и одноименными способами. | Проявляют познавательный интерес к изучению предмета | Использовать двигательные действия из базовых видов спорта в игровой и соревновательной деятельности | Вступать в контакт и работать в коллективе (учитель -ученик, ученик –ученик, ученик –класс, учитель-класс) | Активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников | воспитание чувства коллективизма, взаимопомощи, |
| 41 | Продолжить упражнения с гимнастическими палками. Лазание по наклонной гимнастической скамейке (угол 20°) одноименным и разноименным спо­собами. |  | Уметь выполнять комплекс ОРУ с гимнастической палкой, лазание по наклонной гимна­стической скамейке (угол 20°) разноименными и одноименными способами. | Проявляют познавательный интерес к изучению предмета | Использовать двигательные действия из базовых видов спорта в игровой и соревновательной деятельности | Вступать в контакт и работать в коллективе (учитель -ученик, ученик –ученик, ученик –класс, учитель-класс) | Активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников | воспитание чувства коллективизма, взаимопомощи, |
| 42 | Закрепить упражнения с гимнастическими палками. Лазание по наклонной гимнастической скамейке (угол 20°) одноименным и разноименным спо­собами. |  | Уметь выполнять комплекс ОРУ с гимнастической палкой, лазание по наклонной гимна­стической скамейке (угол 20°) разноименными и одноименными способами. | Проявляют познавательный интерес к изучению предмета | Использовать двигательные действия из базовых видов спорта в игровой и соревновательной деятельности | Вступать в контакт и работать в коллективе (учитель -ученик, ученик –ученик, ученик –класс, учитель-класс) | Активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников | воспитание чувства коллективизма, взаимопомощи, |
| 43. | Упражнения с большими обручами. Лазание по гимнастической стенке одноименным и разноименным спо­собами. |  | Уметь выполнять упражнения с большими обручами, лазание по гимнастической стенке одноименным и разноименным способами | Дают адекватную оценку результатам своей учебной деятельности. | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности | Умеют выполнять различные роли в группе, сотрудничают в совместном решении задачи | Составляют план выполнения заданий совместно с учителем | увеличение степени дисциплинированности, организованности,  привитие навыков нравственного воспитания, |
| 44 | Закрепить упражнения с большими обручами. Лазание по имнастической стенке одноименным и разноименным спо­собами. |  | Уметь выполнять упражнения с большими обручами, лазание по гимнастической стенке одноименным и разноименным способами | Дают адекватную оценку результатам своей учебной деятельности. | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности | Умеют выполнять различные роли в группе, сотрудничают в совместном решении задачи | Составляют план выполнения заданий совместно с учителем | увеличение степени дисциплинированности, организованности,  привитие навыков нравственного воспитания, |
| 45 | Упражнения с малыми мячами. Ползание на четвереньках на полу по кругу с толканием впе­реди себя набивного мяча, в сторону и на скорость. |  | Уметь выполнять упражнения с малыми мячами, ползание на четвереньках на полу по кругу с толканием впе­реди себя набивного мяча, в сторону и на скорость | Умеют применять правила делового сотрудничества | Обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой | Умеют выполнять различные роли в группе, сотрудничают в совместном решении задачи | Следование морально-этическим и психологическим принципам общения и сотрудничества. | формирование познавательной активности развитие общественно – активной личности |
| 46 | Подлезание под препятствие высотой 60—70 см». Перелезание через пре­пятствие высотой до 80 см. Перелезание со скамейки на скамейку произвольным способом |  | Умения выполнять упражнения с малыми мячами, подлезание под препятствие высотой 60—70 см, перелезание через пре­пятствие высотой до 80 см, перелезание со скамейки на скамейку произвольным способом | Объясняют отличия  в оценках одной и той  же ситуации разными людьми | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности | Определяют цель учебной деятельности, осуществляют поиск средств  её достижения | Речевые действия как средства регуляции собственной деятельности. | создание атмосферы сотрудничества учителя и учащихся |
| 47 | Повторение упражнений в лазании и перелазании |  | Уметь отрабатывать упражнения в лазании и перелазании | Умеют применять правила делового сотрудничества | Обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой | Умеют выполнять различные роли в группе, сотрудничают в совместном решении задачи | Следование морально-этическим и психологическим принципам общения и сотрудничества. | формирование познавательной активности развитие общественно – активной личности |
| 48 | ***Упражнения в равновесии.***  Ходьба по гимнастиче­ской скамейке с предметом. |  | Уметь выполнять ходьбу по гимнастиче­ской скамейке с предметом. | Умеют оценивать свою учебную деятельность | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Умеют принимать точку зрения дру­гого; умеют организовать учебное взаимодействие в коллективе | Определяют цели УД; работают по составленному плану. | Воспитание трудолюбия, старательности, заинтересованности в результате своего труда, |
| 49 | Ходьба по наклонной скамейке (высота верхнего конца скамейки 30—40 см). |  | Уметь выполнять ходьбу по наклонной скамейке (высота верхнего конца скамейки 30—40 см). | Выражают положительное от­ношение к процессу познания | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления. | Активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников | формирование познавательной активности |
| 50 | Закрепление ходьбы по наклонной скамейке (высота верхнего конца скамейки 30—40 см). |  | Уметь выполнять ходьбу по наклонной скамейке (высота верхнего конца скамейки 30—40 см). | Выражают положительное от­ношение к процессу познания | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления. | Активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников | формирование познавательной активности |
| 51 | Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы высотой 10—15 см. |  | Уметь выполнять ходьбу по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы высотой 10—15 см. | Объясняют себе свои наиболее заметные достижения | Самостоятельно создают способы решения проблем творческого и поискового характера | Умеют выполнять различные роли в группе, сотрудничают в совместном решении задачи | Определяют цели УД; работают по составленному плану | Воспитание позитивных морально-волевых качеств |
| 52 | Ходьба по гимнастической скамейке боком приставными шагами. Стойка на одной ноге, с различным положением рук |  | Уметь выполнять ходьбу по гимнастической скамейке боком приставными шагами, стойку на одной ноге, с различным положением рук | Объясняют себе свои наиболее заметные достижения | Самостоятельно создают способы решения проблем творческого и поискового характера | Умеют выполнять различные роли в группе, сотрудничают в совместном решении задачи | Определяют цели УД; работают по составленному плану | Воспитание позитивных морально-волевых качеств |
| 53 | Повторение упражнений в равновесии |  | Уметь отрабатывать технику упражнений в равновесии | Выражают положительное от­ношение к процессу познания | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Умеют выполнять различные роли в группе, сотрудничают в совместном решении задачи | Работают по составленному плану, используют основные и дополнительные средства получения информации | Воспитание активности, самостоятельности, нравственно-волевых качеств |
| 54. | ***Игры с элементами общеразвивающих упражнений***  Игры:«Мяч соседу», «Перетягивание в парах». |  | Знать и соблюдать правила игр | Умеют оценивать свою учебную деятельность | Обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой | Умеют выполнять различные роли в группе, сотрудничают в совместном решении задачи | Определяют цели УД; работают по составленному плану. | Воспитание активности, самостоятельности |
|  | **ЛЫЖНАЯ ПОДГОТОВКА** |  |  |  |  |  |  |  |
| 55 | Построение в одну шеренгу с лыжами. Выполнение команд: «Становись!», «Разойдись!». Прикрепление лыж к обуви, снятие лыж |  | Уметь выполнять команды, уметь прикреплять лыжи к обуви и снимать лыжи | Умеют применять правила делового сотрудничества | Использовать двигательные действия из базовых видов спорта в игровой и соревновательной деятельности | Умеют  при необходимости отстаивать точку зрения, аргументируя ее, подтверждая фактами | Работают по составленному плану, используют основные и дополнительные средства получения информации | воспитание трудолюбия, старательности, заинтересованности в результате своего труда, |
| 56 | Передвижение по лыжне без палок. |  | Уметь выполнять  передвижение по лыжне без палок | Объясняют отличия  в оценках одной и той  же ситуации разными людьми | Самостоятельно создают способы решения проблем творческого и поискового характера | Определяют цель учебной деятельности, осуществляют поиск средств  её достижения | Работают по составленному плану, используют основные и дополнительные средства получения информации | воспитание трудолюбия, старательности, заинтересованности в результате своего труда, |
| 57 | Совершенствование техники передвижения по лыжне без палок. |  | Технически правильно выполнять передвижение по лыжне без палок | Умеют применять правила делового сотрудничества | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Критично относятся к своему мне­нию | Работают по составленному плану, используют основные и дополнительные средства получения информации | воспитание самостоятельности учащихся, |
| 58 | Закрепление техники передвижения по лыжне без палок. |  | Уметь отрабатывать технику передвижения по лыжне без палок | Умеют оценивать свою учебную деятельность | Использовать двигательные действия из базовых видов спорта в игровой и соревновательной деятельности | Умеют отстаивать точку зрения, аргументировать, формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы | Составляют план выполнения заданий совместно с учителем | формирование познавательной активности |
| 59 | Передвижение на лыжах ступающим шагом. |  | Уметь выполнять передвижение на лыжах ступающим шагом | Выражают положительное от­ношение к процессу познания | Обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой | Вступать в контакт и работать в коллективе (учитель -ученик, ученик –ученик, ученик –класс, учитель-класс) | Определяют цели УД; работают по составленному плану. | привитие интереса к самостоятельным занятиям физкультурой |
| 360 | Совершенствование техникипередвижения на лыжах ступающим шагом. |  | Технически правильно выполнять передвижение на лыжах ступающим шагом | Умеют применять правила делового сотрудничества | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Определяют цель учебной деятельности, осуществляют поиск средств  её достижения | Составляют план выполнения заданий совместно с учителем | воспитание чувства коллективизма, взаимопомощи, |
| 61. | Закрепление техники передвижения на лыжах ступающим шагом |  | Уметь отрабатывать технику передвижения на лыжах ступающим шагом. | Дают адекватную оценку результатам своей учебной деятельности. | Самостоятельно создают способы решения проблем творческого и поискового характера | Умеют выполнять различные роли в группе, сотрудничают в совместном решении задачи | Активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников | создание атмосферы сотрудничества учителя и учащихся |
| 62 | Передвижение на лыжах скользящим шагом. |  | Уметь выполнять передвижение на лыжах скользящим шагом. | Умеют оценивать свою учебную деятельность | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Умеют принимать точку зрения дру­гого; умеют организовать учебное взаимодействие в коллективе | Речевые действия как средства регуляции собственной деятельности. | формирование познавательной активности развитие общественно – активной личности |
| 63 | Совершенствование техники передвижения на лыжах скользящим шагом. |  | Технически правильно выполнять передвижение на лыжах скользящим шагом. | Проявляют познавательный интерес к изучению предмета | Использовать двигательные действия из базовых видов спорта в игровой и соревновательной деятельности | Умеют выполнять различные роли в группе, сотрудничают в совместном решении задачи | Следование морально-этическим и психологическим принципам общения и сотрудничества. | воспитание трудолюбия, старательности, заинтересованности в результате своего труда, |
| 64 | Закрепление техники передвижения на лыжах скользящим шагом. |  | Уметь отрабатывать технику передвижения на лыжах скользящим шагом | Дают адекватную оценку результатам своей учебной деятельности. | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности | Умеют выполнять различные роли в группе, сотрудничают в совместном решении задачи | Составляют план выполнения заданий совместно с учителем | увеличение степени дисциплинированности, организованности,  привитие навыков нравственного воспитания, |
| 65 | Передвижение на лы­жах 0,3 км Игра: «Снежком по мячу». |  | Уметь выполнять передвижение на лы­жах 0,3 – 0,5 км, знать правила игры: «Снежком по мячу». | Умеют применять правила делового сотрудничества | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Умеют выполнять различные роли в группе, сотрудничают в совместном решении задачи | Работают по составленному плану, используют основные и дополнительные средства получения информации | воспитание трудолюбия, старательности, заинтересованности в результате своего труда, |
| 66 | Совершенствование техники передвижения на лы­жах 0,3 км, повторение игры: «Снежком по мячу». |  | Уметь преодолевать трудности в прохождении дистанции на лыжах 0,3 – 0,5 км , соблюдать правила игры | Дают адекватную оценку результатам своей учебной деятельности. | Самостоятельно создают способы решения проблем творческого и поискового характера | Умеют  при необходимости отстаивать точку зрения, аргументируя ее, подтверждая фактами | Работают по составленному плану, используют основные и дополнительные средства получения информации | увеличение степени дисциплинированности, организованности,  привитие навыков нравственного воспитания, |
| 67 | Закрепление техники передвижения на лы­жах 0,3 км, повторение игры: «Снежком по мячу». |  | Уметь преодолевать трудности в прохождении дистанции на лыжах 0,3 – 0,5 км , соблюдать правила игры | Умеют оценивать свою учебную деятельность | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Умеют критично относиться к своему мнению | Составляют план выполнения заданий совместно с учителем | Воспитание чувства товарищества, взаимовыручки |
| 68 | ***Упражнения для развития пространственно - временой дифференцировки и точности движе­ний.***  Построение в шеренгу с изменением места построения по заданному ориентиру (черта, квадрат). |  | Уметь выполнять построение в шеренгу с изменением места построения по заданному ориентиру (черта, квадрат). | Проявляют познавательный интерес к изучению предмета | Использовать двигательные действия из базовых видов спорта в игровой и соревновательной деятельности | Анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения | Понимают причины неуспеха, выход и этой ситуации | воспитание чувства коллективизма, взаимопомощи |
| 69 | Закрепление построения в шеренгу с изменением места построения по заданному ориентиру (черта, квадрат). |  | Уметь выполнять построение в шеренгу с изменением места построения по заданному ориентиру (черта, квадрат). | Проявляют познавательный интерес к изучению предмета | Использовать двигательные действия из базовых видов спорта в игровой и соревновательной деятельности | Анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения | Понимают причины неуспеха, выход и этой ситуации | воспитание чувства коллективизма, взаимопомощи |
| 70 | Прыжок в длину с места в обозначенный ориентир и воспроизведение его без контроля зре­ния. |  | Уметь выполнять прыжок в длину с места в обозначенный ориентир и воспроизведение его без контроля зре­ния. | Объясняют отличия  в оценках одной и той  же ситуации разными людьми | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности | Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления. | Определяют цели УД; работают по составленному плану. | развитие общественно – активной личности |
| 71 | Продолжить прыжки в длину с места в обозначенный ориентир и воспроизведение его без контроля зре­ния. |  | Уметь выполнять прыжок в длину с места в обозначенный ориентир и воспроизведение его без контроля зре­ния. | Объясняют отличия  в оценках одной и той  же ситуации разными людьми | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности | Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления. | Определяют цели УД; работают по составленному плану. | развитие общественно – активной личности |
| 72 | Изменение направления лазания по опре­деленным ориентирам. |  | Уметь выполнять изменение направления лазания по опре­деленным ориентирам. | Умеют применять правила делового сотрудничества | Обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой | Умеют отстаивать точку зрения, аргументировать, формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы | Составляют план выполнения заданий совместно с учителем | формирование познавательной активности |
| 73 | Продолжить упражнения с изменением направления лазания по опре­деленным ориентирам. |  | Уметь выполнять изменение направления лазания по опре­деленным ориентирам. | Умеют применять правила делового сотрудничества | Обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой | Умеют отстаивать точку зрения, аргументировать, формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы | Составляют план выполнения заданий совместно с учителем | формирование познавательной активности |
| 74 | Подбрасывание мяча вверх до определен­ного ориентира. Выполнение исходных положений рук по словес­ной инструкции учителя. |  | Уметь выполнять подбрасывание мяча вверх до определен­ного ориентира, выполнение исходных положений рук по словес­ной инструкции учителя. | Проявляют познавательный интерес к изучению предмета | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Умеют критично относиться к своему мнению | Определяют цели УД; работают по составленному плану. | воспитание чувства коллективизма, взаимопомощи |
| 75 | Закрепление подбрасывание мяча вверх до определен­ного ориентира. Выполнение исходных положений рук по словес­ной инструкции учителя. |  | Уметь выполнять подбрасывание мяча вверх до определен­ного ориентира, выполнение исходных положений рук по словес­ной инструкции учителя. | Проявляют познавательный интерес к изучению предмета | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Умеют критично относиться к своему мнению | Определяют цели УД; работают по составленному плану. | воспитание чувства коллективизма, взаимопомощи |
| 76 | Продолжить подбрасывание мяча вверх до определен­ного ориентира. Выполнение исходных положений рук по словес­ной инструкции учителя. |  | Уметь выполнять подбрасывание мяча вверх до определен­ного ориентира, выполнение исходных положений рук по словес­ной инструкции учителя. | Проявляют познавательный интерес к изучению предмета | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Умеют критично относиться к своему мнению | Определяют цели УД; работают по составленному плану. | воспитание чувства коллективизма, взаимопомощи |
| 77 | ***Коррекционные игры.***  Игра: «Товарищи командиры» |  | Знать и соблюдать правила игр | Выражают положительное от­ношение к процессу познания | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Умеют выполнять различные роли в группе, сотрудничают в совместном решении задачи | Следование морально-этическим и психологическим принципам общения и сотрудничества. | Воспитание активности, самостоятельности |
| 78 | Закрепить игру: «Товарищи командиры» |  | Знать и соблюдать правила игр | Выражают положительное от­ношение к процессу познания | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Умеют выполнять различные роли в группе, сотрудничают в совместном решении задачи | Следование морально-этическим и психологическим принципам общения и сотрудничества. | Воспитание активности, самостоятельности |
| 79. | Игра: «Два сигнала» |  | Знать и соблюдать правила игр | Умеют применять правила делового сотрудничества | Использовать двигательные действия из базовых видов спорта в игровой и соревновательной деятельности | Определяют цель учебной деятельности, осуществляют поиск средств  её достижения | Определяют цели УД; работают по составленному плану. | Формирование интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями |
| 80 | Повторение коррекционных игр |  | Знать и соблюдать правила игр | Дают адекватную оценку результатам своей учебной деятельности. | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности | Критично относятся к своему мне­нию | Определяют цели УД; работают по составленному плану | воспитание трудолюбия, старательности, заинтересованности в результате своего труда, |
|  | **ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ** |  |  |  |  |  |  |  |
| 81 | ***Игры с элементами общеразвивающих упражнений.***  Игра: «Мяч соседу» |  | Знать и соблюдать правила игры | Умеют оценивать свою учебную деятельность | Обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой | Умеют отстаивать точку зрения, аргументировать, формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы | Работают по составленному плану, используют основные и дополнительные средства получения информации | воспитание самостоятельности учащихся, |
| 82 | Закрепление игры: «Мяч соседу» |  | Знать и соблюдать правила игры | Умеют оценивать свою учебную деятельность | Обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой | Умеют отстаивать точку зрения, аргументировать, формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы | Работают по составленному плану, используют основные и дополнительные средства получения информации | воспитание самостоятельности учащихся, |
| 83. | Игра: «Перетягивание в парах». |  | Знать и соблюдать правила игр | Проявляют познавательный интерес к изучению предмета | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Определяют цель учебной деятельности, осуществляют поиск средств  её достижения | Работают по составленному плану, используют основные и дополнительные средства получения информации | формирование познавательной активности |
| 84 | Повторение игр с элементами общеразвивающих упражнений |  | Знать и соблюдать правила игр | Формировать умения оценивать своё физическое состояние, величину физических нагрузок | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Развитие устной коммуникации в различных изменяющихся жизненных ситуациях. | Организация самостоятельной деятельности с учётом требований её безопасности | создание атмосферы сотрудничества учителя и учащихся |
| 85 | ***Игры с бегом.***  «Белые медведи» |  | Знать и соблюдать правила игр | Формировать умения оценивать своё физическое состояние, величину физических нагрузок | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Развитие устной коммуникации в различных изменяющихся жизненных ситуациях. | Организация самостоятельной деятельности с учётом требований её безопасности | создание атмосферы сотрудничества учителя и учащихся |
| 86 | Игра: «Через кочки и пенечки». |  | Организовывать со сверстниками элементы соревнований | Объясняют отличия  в оценках одной и той  же ситуации разными людьми | Самостоятельно создают способы решения проблем творческого и поискового характера | Анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения | Составляют план выполнения заданий совместно с учителем | развитие общественно – активной личности |
| 87 | Повторение игр с бегом |  | Знать и соблюдать правила игр | Выражают положительное от­ношение к процессу познания | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления. | Активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников | формирование познавательной активности |
| 88 | ***Игры с прыжками.***  Игра: «Прыжки по полоскам» |  | Знать и соблюдать правила игр | Умеют применять правила делового сотрудничества | Использовать двигательные действия из базовых видов спорта в игровой и соревновательной деятельности | Умеют отстаивать точку зрения, аргументировать, формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы | Речевые действия как средства регуляции собственной деятельности. | создание атмосферы сотрудничества учителя и учащихся |
| 89 | Закрепить игру: «Прыжки по полоскам» |  | Знать и соблюдать правила игр | Умеют применять правила делового сотрудничества | Использовать двигательные действия из базовых видов спорта в игровой и соревновательной деятельности | Умеют отстаивать точку зрения, аргументировать, формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы | Речевые действия как средства регуляции собственной деятельности. | создание атмосферы сотрудничества учителя и учащихся |
| 90 | Игра: «Точный прыжок». |  | Организовывать со сверстниками элементы соревнований | Дают адекватную оценку результатам своей учебной деятельности. | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности | Умеют отстаивать точку зрения, аргументировать, формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы | Следование морально-этическим и психологическим принципам общения и сотрудничества. | Воспитание дисциплинированности и организованности |
| 91 | Повторение игр с прыжками |  | Знать и соблюдать правила игр | Умеют оценивать свою учебную деятельность | Обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой | Умеют выполнять различные роли в группе, сотрудничают в совместном решении задачи | Определяют цели УД; работают по составленному плану. | Воспитание активности, самостоятельности |
| 92 | ***Игры с бросанием, ловлей и метанием*.**  Игра: «Гонка мячей по кругу» |  | Знать и соблюдать правила игр | Проявляют познавательный интерес к изучению предмета | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Умеют выполнять различные роли в группе, сотрудничают в совместном решении задачи | Определяют цели УД; работают по составленному плану | Формирование интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями |
| 93 | Повторение игры: «Гонка мячей по кругу» |  |
| 94 | Игра: «Мяч среднему» |  | Организовывать со сверстниками элементы соревнований | Объясняют отличия  в оценках одной и той  же ситуации разными людьми | Самостоятельно создают способы решения проблем творческого и поискового характера | Определяют цель учебной деятельности, осуществляют поиск средств  её достижения | Работают по составленному плану, используют основные и дополнительные средства получения информации | воспитание трудолюбия, старательности, заинтересованности в результате своего труда, |
| 95 | Повторение игры: «Мяч среднему» |  |
| 96 | Игра: «Попади в цель». |  | Знать и соблюдать правила игр | Умеют применять правила делового сотрудничества | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Критично относятся к своему мне­нию | Работают по составленному плану, используют основные и дополнительные средства получения информации | воспитание самостоятельности учащихся, |
|  |  |  |
| 97 | Линейные эстафеты без предметов |  | Организовывать со сверстниками элементы соревнований | Умеют оценивать свою учебную деятельность | Использовать двигательные действия из базовых видов спорта в игровой и соревновательной деятельности | Умеют отстаивать точку зрения, аргументировать, формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы | Составляют план выполнения заданий совместно с учителем | формирование познавательной активности |
| 98. | Линейные эстафеты с предметами |  | Знать и называть спортивный инвентарь, соблюдать технику безопасности | Проявляют познавательный интерес к изучению предмета | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Умеют выполнять различные роли в группе, сотрудничают в совместном решении задачи | Определяют цели УД; работают по составленному плану | Формирование интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями |
| 99 | Повторение линейных эстафет |  | Уметь преодолевать трудности при выполнении линейных эстафет | Объясняют отличия  в оценках одной и той  же ситуации разными людьми | Самостоятельно создают способы решения проблем творческого и поискового характера | Определяют цель учебной деятельности, осуществляют поиск средств  её достижения | Работают по составленному плану, используют основные и дополнительные средства получения информации | воспитание трудолюбия, старательности, заинтересованности в результате своего труда, |

**7.Материально-техническое обеспечение образовательного процесса, осуществляемого**

**по учебному предмету «Адаптивная физкультура».**

В образовательном учреждении имеется спортивный зал, тренажёрный зал, соответствующий спортивное оборудование. **Спортивный инвентарь для гимнастики:** обруч пластмассовый, палка гимнастическая, перекладина навесная тренировочная, скакалка гимнастическая, бревно гимнастическое, козёл гимнастический, стенка гимнастическая, канат. **Спортивный инвентарь для легкой атлетики:** малые мячи для метания, эстафетные палочки, свисток судейский, секундомер. **Спортивный инвентарь для настольного тенниса:** набор настольного тенниса, стол для настольного тенниса. **Спортивный инвентарь для футбола:** ворота для мини – футбола, мяч футбольный. **Спортивный инвентарь для баскетбола:** мяч баскетбольный, щит тренировочный с фермой, кольцом, сеткой. **Спортивный инвентарь для волейбола:** мяч волейбольный, сетка волейбольная. **Прочие:** маты гимнастические, лыжи, барьеры. **Вспомогательное оборудование:** вспомогательное оборудование для оснащения мест хранения спортивного инвентаря и оборудования

**8.Учебно – методический комплекс по предмету.**

1. Атлас физических упражнений для красоты и здоровья / Уткин В. Л. Бондин В. И. – М.: Физкультура и спорт, 1990г.
2. Гимнастика / Микулич П. В., Орлов Л. П. – М.: Физкультура и спорт, 1959г.
3. Здоровье и физическое развитие детей в дошкольных образовательных учреждениях: проблемы и пути оптимизации. Сборник статей и документов. – М.: Глобус, 2004.
4. Как воспитывать здорового ребенка / Алямовская В.Г. – М.: Профиздат, 1983.
5. Книга о здоровом образе жизни / Куценко Г. И. – М.: Профиздат, 1987г.
6. Курпан, Ю. И. Физкультура формирующая осанку / Ю. И. Курпан, Е. А. Талабум. – М.: Физкультура и спорт, 1990.
7. Меры безопасности на уроках физической культуры: (Все для учителя физической культуры): Учебно-методическое пособие / В. Ю. Давыдов, Т. Г. Коваленко, П. А. Киселев, Г. Н. Попова. – Волгоград: Изд-во ВолГУ, 2003.
8. Мой друг – физкультура: учебник для учащихся 1-4 классов начальной школы / В. И. Лях. – М.: Просвещение, 2008.
9. Настольная книга для учителя физической культуры / Г. И. Погодаев. - М.: Физкультура и спорт, 1998.
10. Популярная медицинская энциклопедия / Покровский В. И. –М: Медицина, 1991г.
11. Система организации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками / Борисова Е.Н. – М.: Глобус, 2009.
12. Фокин, Г. Ю. Уроки физкультуры в начальной школе: 1-4 классы: Пособие для учителей физкультуры / Г. Ю. Фокин. – М.: школьная пресса, 2003.

**9. Содержание мониторинга сформированности базовых учебных действий (знания, умения).**

**Мониторинг сформированности базовых учебных действий (знания, умения)** является составной частью общего мониторинга школы.

Система специального обучения детей в специальной (коррекционной) школе не предусматривает освоение ими цензового образования, сопоставимого по уровню с нормально развивающимися сверстниками. Для этой категории детей она ориентирована на подготовку ребенка к самостоятельной и, насколько возможно, независимой жизни. Приоритетом образования детей с ОВЗ является социальная и трудовая подготовка, осуществляемая по специальным программам и специальными методами обучения. Разработанных и общепринятых критериев оценки знаний учащихся с различной степенью нарушения интеллекта нет.

**МОНИТОРИНГ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ОБУЧАЮЩИМИСЯ**

**ПО УЧЕБНОМУ ПРЕДМЕТУ «АДАПТИВНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА».**

**Предметные результаты** связаны с овладением обучающимися содержанием образовательной области – физической

культуры и характеризуют достижения обучающихся в усвоении знаний и умений, способность их применять в жизни.

В целом оценка достижения обучающимися с нарушением интеллекта предметных результатов базируется на принципах индивидуального и дифференцированного подходов. Усвоенные обучающимися даже незначительные по объему и элементарные по содержанию знания и умения должны выполнять коррекционно-развивающую функцию, поскольку они играют определенную роль в становлении личности обучающегося и овладении им социальным опытом.

**МОНИТОРИНГ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ОБУЧАЮЩИМИСЯ 6 КЛАССА**

**УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «АДАПТИВНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА».**

**Таблица овладения обучающимися программы учебного предмета «Адаптивная физкультура» в 6 классе.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Ф.И.  уч - ся | КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | | 2 | | 3 | | 4 | | 5 | | 6 | | 7 | | 8 | | 9 | | 10 | | 11 | | Баллы | | В | | С | | Н | | НФ | |
| нг | кг | нг | кг | нг | кг | нг | кг | нг | кг | нг | кг | нг | кг | нг | кг | нг | кг | нг | кг | нг | кг | нг | кг | нг | кг | нг | кг | нг | кг | нг | кг |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Условные обозначения:

– Умение выполнять ходьбу с фиксированным дыханием.

– Умение держать на голове груз с сохранением правильной осанки.

– Умение подтягиваться на руках на гимнастической скамейке .

– Умение перелезать со скамейки на скамейку.

– Умение выполнять ходьбу по гимнастической скамейке с перешагиванием через предмет.

– Умение передавать большой мяч в колонне назад и вперёд с поворотами.

– Умение выполнять ходьбу с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра.

– Умение выполнять прыжки с небольшого разбега в длину.

– Умение выполнять упражнения в равновесии.

– Умение метать большой мяч двумя руками из-за голо­вы и снизу с места в стену.

– Умение метать теннисный мяч с места одной рукой.

Критерии:

1б. – отсутствие сформированных критериев;

2б. – слабо сформированные критерии;

3б. – неустойчиво сформированные критерии;

4б. – сформированные критерии;

5б. – самостоятельно использует полученные знания, умения, навыки в жизни.

Уровни оценивания:

Высокий (В) – 38 – 55 баллов;

Средний (С) – 19 – 37 баллов;

Низкий (Н) –18 баллов;

Несформированный – 17 и ниже.

**2.Таблица овладения обучающимися программой по учебному предмету «Адаптивная физкультура» в 6 классе.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Всего | Результаты анализа освоения программы | | | |
| высокий | средний | низкий | несформированный |
| Кол.чел/% | Кол.чел/% | Кол.чел/% | Кол.чел/% | Кол.чел/% |