

Государственное казенное общеобразовательное учреждение  
«Золинская специальная (коррекционная) школа-интернат для детей-сирот и детей,  
оставшихся без попечения родителей, с ограниченными возможностями здоровья»

Согласовано:  
На заседании МО  
Протокол №1  
От «30» августа 2021г.

Принято:  
На педагогическом совете  
Протокол №1  
От «30» августа 2021г.



# Рабочая программа

По учебному предмету «Адаптивная физкультура» 2,3 класс

Программа разработана на основе Адаптированной основной общеобразовательной программы (далее — АООП) образования обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2)

Учитель: Кузнецова И.С.

с. Золино  
2021 год

## **Структура рабочей программы**

1. Пояснительная записка
2. Общая характеристика учебного предмета, курса
3. Описание места предмета в учебном плане
4. Планируемые результаты освоения обучающимися программного материала
5. Система оценки достижения обучающимися планируемых результатов освоения программы
6. Содержание учебного предмета
7. Тематический план
8. Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности

## **1. Пояснительная записка**

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

- Федерального Государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (утверждён приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 декабря 2014 г. № 1599);
- Адаптированной основной общеобразовательной программы (далее —АООП) образования обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2).
- Индивидуального учебного плана ГКОУ “Золинская специальная (коррекционная) школа-интернат для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, с ограниченными возможностями здоровья” на 2021-2022 учебный год.
- Учебного календарного графика ГКОУ “Золинская специальная (коррекционная) школа-интернат для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, с ограниченными возможностями здоровья” на 2021-2022 учебный год.

**Цель:** повышение двигательной активности детей и обучение использованию полученных навыков в повседневной жизни.

### **Задачи:**

- формирование и совершенствование основных и прикладных двигательных навыков; формирование умения ходить на лыжах, играть в спортивные игры;
- укрепление и сохранение здоровья детей, профилактика болезней и возникновения вторичных заболеваний.

## **2. Общая характеристика учебного предмета, курса**

Программа по адаптивной физической культуре включает следующие разделы: «Коррекционные подвижные игры», «Лыжная подготовка», «Физическая подготовка».

Раздел «Коррекционные подвижные игры» включает элементы спортивных игр и спортивных упражнений, подвижные игры. Раздел «Лыжная подготовка» предусматривает формирование навыка ходьбы на лыжах и дальнейшее его совершенствование. Раздел «Физическая подготовка» включает построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения.

## **3. Описание места учебного предмета, курса в учебном плане**

Предмет «Адаптивная физкультура» входит в образовательную область «Физическая культура».

В Учебном плане ГКОУ « Золинская специальная(коррекционная)школа-интернат для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, с ограниченными возможностями здоровья» на 2021 -2022 учебный год на изучение данного курса отводится:

**во 2 классе - 68 часов в год (2ч. в неделю)**

**в 3 классе – 68 часов в год( 2 ч. в неделю)**

## **4.Планируемые результаты освоения учебного предмета «Адаптивная физкультура».**

Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета «Адаптивная физкультура» рассматриваются в качестве возможных (примерных), соответствующих индивидуальным возможностям и специфическим образовательным потребностям обучающегося.

### **Личностные результаты освоения включают:**

- Социально-эмоциональное участие доступным способом в процессе общения и совместной деятельности;
- Владение навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся социуме;
- Оценка своих поступков по принципу «хорошо»/«плохо», личная ответственность за свои поступки на основе представлений о базовых нравственных нормах, общепринятых правилах;
- Владение правилами поведения в учебной ситуации;
- Уважительное отношение к окружающим: взрослым, детям;
- Доброжелательность, эмоциональная отзывчивость по отношению к другим, понимание и сопереживание чувствам других;
- Владение навыками сотрудничества со взрослыми и детьми в разных социальных ситуациях доступным образом;
- Владение алгоритмом действий в игровой, учебной, бытовой ситуации;
- Владение доступными знаниями, умениями, навыками, отражающими индивидуальный вариант содержания образования.

### **Предметные результаты освоения включают:**

1) *Восприятие собственного тела, осознание своих физических возможностей и ограничений.*

- Освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять, передвигаться (в т.ч. с использованием технических средств).
- Освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей.
- Совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости.
- Умение радоваться успехам: выше прыгнул, быстрее пробежал и др.

2) *Соотнесение самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью.*

- Умение определять свое самочувствие в связи с физической нагрузкой: усталость, болевые ощущения, др.

3) *Освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности: ходьба на лыжах, спортивные игры.*

- Интерес к определенным видам физкультурно-спортивной деятельности: ходьба на лыжах, спортивные и подвижные игры, физическая подготовка.
- Умение кататься на санках, ходить на лыжах, играть в подвижные игры и др.

## 5. Система оценки достижения обучающимся планируемых результатов освоения учебного предмета

В промежуточную аттестацию включена диагностика предметных результатов, специфичных для предметной области «Адаптивная физкультура», готовность их применения. В конце изучения раздела проводятся диагностические задания, разработанные учителем, осуществляется наблюдение за выполнением обучающегося этих заданий, позволяющих выявить и оценить результаты обучения.

*Критерии оценивания результата обучения*

<b>Уровни самостоятельности при выполнении заданий</b>	
- не выполняет задание	-
- выполняет задание со значительной помощью	<b>ЗП</b>
- выполняет задание с частичной помощью	<b>ЧП</b>
- выполняет задание по образцу	<b>О</b>
- выполняет задание самостоятельно, применяет на практике	<b>СОШ</b>
<i><b>Реакция на воздействия</b></i>	
- негативная реакция	<b>НГ</b>
- нейтральная реакция	<b>НР</b>
- положительная реакция	<b>ПР</b>

Предметные результаты заносятся в СИПР с учетом индивидуальных возможностей и специфических образовательных потребностей обучающихся.

### **Итоговая аттестация.**

Итоговая аттестация осуществляется в течение последнего месяца учебного года, путем наблюдения за выполнением обучающимся специально подобранных заданий, позволяющих выявить и оценить результаты обучения в соответствии с теми же критериями. Итоговые результаты, за оцениваемый период, оформляются в форме мониторинга и анализа данных на каждого учащегося в Карте оценки динамики обучения, на основе которых составляется итоговая характеристика, делаются выводы и ставятся задачи для СИПР на следующий учебный год. Карта оценки динамики обучения хранится в Портфолио обучающегося.

### **Формы итоговой и промежуточной аттестации**

Предметная область	Класс  Учебные предметы	Формы промежуточной аттестации
		2,3 класс
1. Физическая культура	1.1 Адаптивная физкультура	Индивидуальная оценка двигательных навыков через педагогическое наблюдение

## **6.Содержание учебного предмета «Адаптивная физкультура»**

### ***Коррекционные подвижные игры.(8/8ч.)***

*Элементы спортивных игр и спортивных упражнений.* Баскетбол. Узнавание баскетбольного мяча. Передача баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола). Ловля баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола). Отбивание баскетбольного мяча от пола одной рукой. Ведение баскетбольного мяча по прямой (с обходом препятствия). Броски мяча в кольцо двумя руками. Волейбол. Узнавание волейбольного мяча. Поддача волейбольного мяча сверху (снизу). Прием волейбольного мяча сверху (снизу). Игра в паре без сетки (через сетку). Футбол. Узнавание футбольного мяча. Выполнение удара в ворота с места (пустые ворота, с вратарем), с 2-х шагов (пустые ворота, с вратарем), с разбега (пустые ворота, с вратарем). Прием мяча, стоя в воротах: ловля мяча руками, отбивание мяча ногой (руками). Ведение мяча. Выполнение передачи мяча партнеру. Остановка катящегося мяча ногой. Бадминтон. Узнавание (различение) инвентаря для бадминтона. Удар по волану: нижняя (верхняя) подача. Отбивание волана снизу (сверху). Игра в паре. *Подвижные игры.* Соблюдение правил игры «Стоп, хоп, раз». Соблюдение правил игры «Болото». Соблюдение последовательности действий в игре-эстафете «Полоса препятствий»: бег по скамейке, прыжки через кирпичики, пролазание по туннелю, бег, передача эстафеты. Соблюдение правил игры «Пятнашки». Соблюдение правил игры «Рыбаки и рыбки». Соблюдение последовательности действий в игре-эстафете «Собери пирамидку»: бег к пирамидке, надевание кольца, бег в обратную сторону, передача эстафеты. Соблюдение правил игры «Бросай-ка». Соблюдение правил игры «Быстрые санки». Соблюдение последовательности действий в игре-эстафете «Строим дом».

### ***Лыжная подготовка.(20/20ч.)***

Узнавание (различение) лыжного инвентаря (лыжи, палки, ботинки). Транспортировка лыжного инвентаря. Соблюдение последовательности действий при креплении ботинок к лыжам: удержание лыжи, поднесение носка лыжного ботинка к краю крепления, вставление носка лыжного ботинка в крепление, подъем пятки. Чистка лыж от снега. Стояние на параллельно лежащих лыжах. Выполнение ступающего шага: шаговые движения на месте, продвижение вперед приставным шагом, продвижение в сторону приставным шагом. Соблюдение последовательности действий при подъеме после падения из положения «лежа на боку»: приставление одной ноги к другой, переход в положение «сидя на боку» (опора на правую руку), сгибание правой ноги в колене, постановка левой ноги с опорой на поверхность, подъем в положение «стоя» с опорой на правую руку. Выполнение поворотов, стоя на лыжах: вокруг пяток лыж (носков лыж), махом. Выполнение скользящего шага без палок: одно (несколько) скольжений. Выполнение попеременного двухшажного хода. Выполнение бесшажного хода. Преодоление подъемов ступающим шагом («лесенкой», «полуелочкой», «елочкой»). Выполнение торможения при спуске со склона нажимом палок («полуплугом», «плугом», падением).

### ***Физическая подготовка.(40/40 ч.)***

*Построения и перестроения.* Принятие исходного положения для построения и перестроения: основная стойка, стойка «ноги на ширине плеч» («ноги на ширине ступни»). Построение в колонну по одному, в одну шеренгу, перестроение из шеренги в круг. Размыкание на вытянутые руки в стороны, на вытянутые руки вперед. Повороты на месте в разные стороны. Ходьба в колонне по одному, по двое. Бег в колонне.

*Общеразвивающие и корригирующие упражнения.* Дыхательные упражнения: произвольный вдох (выдох) через рот (нос), произвольный вдох через нос (рот), выдох через рот (нос). Одновременное (поочередное) сгибание (разгибание) пальцев. Противопоставление первого пальца остальным на одной руке (одновременно двумя руками), пальцы одной руки

пальцам другой руки поочередно (одновременно). Сгибание пальцев в кулак на одной руке с одновременным разгибанием на другой руке. Круговые движения кистью. Сгибание фаланг пальцев. Одновременные (поочередные) движения руками в исходных положениях «стоя», «сидя», «лежа» (на боку, на спине, на животе): вперед, назад, в стороны, вверх, вниз, круговые движения. Круговые движения руками в исходном положении «руки к плечам». Движения плечами вперед (назад, вверх, вниз). Движения головой: наклоны вперед (назад, в стороны), повороты, круговые движения. Поднимание головы в положении «лежа на животе». Наклоны туловища вперед (в стороны, назад). Повороты туловища вправо (влево). Круговые движения прямыми руками вперед (назад). Наклоны туловища в сочетании с поворотами. Стояние на коленях.

Ходьба с высоким подниманием колен. Хлопки в ладони под поднятой прямой ногой. Движения стопами: поднимание, опускание, наклоны, круговые движения. Приседание. Ползание на четвереньках. Поочередные (одновременные) движения ногами: поднимание (отведение) прямых (согнутых) ног, круговые движения. Переход из положения «лежа» в положение «сидя» (из положения «сидя» в положение «лежа»). Ходьба по доске, лежащей на полу. Ходьба по гимнастической скамейке: широкой (узкой) поверхности гимнастической скамейки, ровной (наклонной) поверхности гимнастической скамейки, движущейся поверхности, с предметами (препятствиями).

Прыжки на двух ногах (с одной ноги на другую). Стойка у вертикальной плоскости в правильной осанке. Движение руками и ногами, стоя у вертикальной плоскости: отведение рук в стороны, поднимание вверх и возвращение в исходное положение, поочередное поднимание ног вперед, отведение в стороны. Отход от стены с сохранением правильной осанки.

*Ходьба и бег.* Ходьба с удержанием рук за спиной (на поясе, на голове, в стороны). Движения руками при ходьбе: взмахи, вращения, отведение рук назад, в стороны, подъем вверх. Ходьба ровным шагом, на носках, пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, приседе. Ходьба в умеренном (медленном, быстром) темпе. Ходьба с изменением темпа, направления движения. Бег в умеренном (медленном, быстром) темпе. Бег с изменением темпа и направления движения. Преодоление препятствий при ходьбе (беге). Бег с высоким подниманием бедра (захлестыванием голени, приставным шагом).

*Прыжки.* Прыжки на двух ногах на месте (с поворотами, с движениями рук), с продвижением вперед (назад, вправо, влево). Прыжки на одной ноге на месте, с продвижением вперед (назад, вправо, влево)). Перепрыгивание с одной ноги на другую на месте, с продвижением вперед. Прыжки в длину с места, с разбега. Прыжки в высоту, глубину.

*Ползание, подлезание, лазание, перелезание.* Ползание на животе, на четвереньках. Подлезание под препятствия на животе, на четвереньках. Лазание по гимнастической стенке вверх (вниз, в стороны), по наклонной гимнастической скамейке вверх (вниз), через препятствия, по гимнастической сетке вправо (влево), по канату. Вис на канате, рейке. Перелезание через препятствия.

*Броски, ловля, метание, передача предметов и перенос груза.* Передача предметов в шеренге (по кругу, в колонне). Броски среднего (маленького) мяча двумя руками вверх (о пол, о стенку). Ловля среднего (маленького) мяча одной (двумя) руками. Бросание мяча на дальность. Сбивание предметов большим (малым) мячом. Броски (ловля) мяча в ходьбе (беге). Метание в цель (на дальность). Перенос груза.

## 7. Тематическое планирование (2 класс)

Итоги по учебному предмету за год обучения: 68 часов

№ раздела	Наименование раздела	Количество часов
1	Коррекционные подвижные игры.	8
2	Лыжная подготовка.	20
3	Физическая подготовка.	40
<b>ИТОГО</b>		<b>68</b>

## Тематическое планирование (3 класс)

Итоги по учебному предмету за год обучения: 68 часов

№ раздела	Наименование раздела	Количество часов
1	Коррекционные подвижные игры.	8
2	Лыжная подготовка.	20
3	Физическая подготовка.	40
<b>ИТОГО</b>		<b>68</b>

## 8. Материально-техническое оснащение учебного предмета :

### Перечень спортивного инвентаря:

- гимнастические брусья, мостики, козлы, маты;
- обручи, скакалки, гимнастические палки, кегли;
- мячи (футбольные, волейбольные, баскетбольные, теннисные);
- стол для настольного тенниса;
- канат;
- секундомер;
- шведская стенка.
- лыжи.

## КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 2 класс

68 часов в год (2ч. в неделю)

№ урока	Дата	Количество часов	Тема	Виды деятельности
1.		1	<b>1 четверть(16 часов)</b> Техника безопасности и правила поведения на уроках физической культуры.	<b>Разучивание.</b> Построение в одну шеренгу по разметке. Комплекс ОРУ без предметов
2.		1	Ходьба и бег в колонне по одному.	<b>Подводящие упражнения.</b> Построение в одну колонну. Ходьба и бег за учителем в колонне по одному в обход зала (темп умеренный). <b>Разучивание.</b> Ходьба и бег в рассыпную с нахождением своего места в колонне. <b>Повторение.</b> Построение в одну шеренгу по разметке. Комплекс ОРУ без предметов. Коррекционная игра «Найди свое место в шеренге».
3.		1	Ходьба и бег в колонне в заданном направлении. Игра «Найди свое место».	<b>Подводящие упражнения.</b> Ходьба и бег за учителем в колонне по одному в заданном направлении (темп умеренный). <b>Разучивание.</b> Ходьба и бег в колонне со сменой направления движения по сигналу «Кругом!» <b>Повторение.</b> Ходьба и бег в рассыпную с нахождением своего места в колонне. Комплекс ОРУ без предметов. Коррекционная игра «Найди свое место в шеренге и колонне».
4.		1	Ходьба и бег в колонне со сменой направления. К/и «Весёлые ракеты».	<b>Подводящие упражнения.</b> Ходьба и бег в различных направлениях. <b>Разучивание.</b> Комплекс ОРУ в движении.

				<p>Коррекционная игра «Веселые ракеты».</p> <p><b>Повторение.</b> Ходьба и бег в колонне со сменой направления движения по сигналу «Кругом!»</p>
5.		1	<p>Бег и ходьба с преодолением препятствий. Ходьба но носках, на пятках.</p>	<p><b>Подводящие упражнения.</b> Ходьба с различным положением рук: на пояс, к плечам.</p> <p><b>Разучивание.</b> Бег и ходьба с преодолением препятствий</p> <p><b>Повторение.</b> Чередование бега и ходьбы по разметке. Ходьба но носках, на пятках.</p> <p>Комплекс ОРУ в движении. Коррекционная игра «Веселые ракеты».</p>
6.		1	<p>Бег в среднем темпе с переходом на ходьбу.</p> <p>К/и «Передача обручей по кругу».</p>	<p><b>Подводящие упражнения.</b> Ходьба группами в быстром темпе.</p> <p><b>Разучивание.</b> Перебежки группами на 15-20 м. Комплекс ОРУ с хлопками. Коррекционная игра «Передача обручей по кругу».</p> <p><b>Повторение.</b> Бег и ходьба с преодолением препятствий. Ходьба но носках, на пятках, с различным положением рук. Чередование бега и ходьбы.</p>
7.		1	<p>Прыжки на двух ногах на месте с продвижением вперед (назад, вправо, влево).</p>	<p><b>Разучивание .</b> Прыгать на двух ногах на месте и с продвижением вперед.</p> <p><b>Повторение .</b> Чередование бега и ходьбы по разметке. Ходьба но носках, на пятках.</p>
8.		1	<p>Прыжки на одной ноге на месте, с продвижением вперед (назад, вправо, влево)).</p>	<p><b>Разучивание .</b> Прыгать на одной ноге на месте и с продвижением вперед.</p> <p><b>Повторение .</b> Бег и ходьба с преодолением препятствий</p>
9.		1	<p>Перепрыгивание с одной ноги на другую на месте, с продвижением вперед.</p>	<p><b>Разучивание .</b> Перепрыгивать с одной ноги на другую на месте и с продвижением вперед.</p> <p><b>Повторение .</b> Чередование бега и ходьбы по разметке. Ходьба но носках, на пятках.</p>
10.		1	<p>Прыжки на двух ногах из глубокого приседа.</p>	<p><b>Подводящие упражнения.</b> Прыжки на двух ногах на месте и через веревочки с продвижением вперед. Ходьба приставным</p>

				шагом правое, левое плечо вперед. <b>Разучивание.</b> Прыжки вверх из глубокого приседа. <b>Повторение</b> Комплекс ОРУ в кругу.
11.		1	Прыжки на двух ногах на мягкое покрытие .	<b>Подводящие упражнения.</b> Прыжки на двух ногах на месте вперед, назад, в право, в лево. <b>Разучивание.</b> Прыжки вверх из глубокого приседа на мягкое покрытие h- 20 см. <b>Повторение.</b> Прыжки вверх из глубокого приседа. Ходьба приставным шагом правое, левое плечо вперед. Комплекс ОРУ в кругу.
12.		1	Коррекционная игра «Невод». Ходьба приставным шагом с приседанием.	<b>Подводящие упражнения.</b> Прыжки вверх из глубокого приседа. <b>Разучивание.</b> Комплекс ОРУ с флажками. Коррекционная игра «Невод». Ходьба приставным шагом с приседанием. <b>Повторение.</b> Прыжки вверх из глубокого приседа на мягкое покрытие h- 20 см.
13.		1	Подпрыгивание вверх. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.	<b>Подводящие упражнения.</b> Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. <b>Разучивание.</b> Подпрыгивание вверх толчком двумя ногами на месте с захватом или касанием висящего предмета <b>Повторение.</b> Комплекс ОРУ с флажками. Коррекционная игра «Невод». Ходьба приставным шагом с приседанием.
14.		1	Прыжки с высоты с мягким приземлением.	<b>Подводящие упражнения.</b> Ходьба перекатом с пятки на носок. Прыжки через мелкие предметы толчком двумя ногами. <b>Разучивание.</b> Обучение приземлению. Спрыгивание с низкой гимнастической скамейки. <b>Повторение.</b> Комплекс ОРУ с набивными мешочками.
15.		1	Запрыгивание и спрыгивание с низкой гимнастической скамейки.	<b>Подводящие упражнения.</b> Запрыгивание и спрыгивание с низких устойчивых предметов.

				<p><b>Разучивание.</b> Запрыгивание и спрыгивание с низкой гимнастической скамейки.</p> <p><b>Повторение.</b> Обучение приземлению. Спрыгивание с низкой гимнастической скамейки. Ходьба перекатом с пятки на носок. Комплекс ОРУ с набивными мешочками.</p>
16.		1	<p>Ходьба в полуприседе. Бег с захлестом голени.</p> <p>К/и «Повтори движение».</p>	<p><b>Подводящие упражнения.</b> Ходьба в полуприседе. Комплекс ОРУ с веревочками. Бег с захлестом голени.</p> <p><b>Разучивание.</b> Коррекционная игра «Повтори движение».</p> <p><b>Повторение.</b> Запрыгивание и спрыгивание с низкой гимнастической скамейки.</p>
17.		1	<p><b>2 четверть(16 часов)</b></p> <p>Броски среднего (маленького) мяча двумя руками вверх (о пол, о стенку).</p>	<p><b>Подводящие упражнения.</b> Обучение захвату, движению рук и туловища. Метание набивного мешочка снизу ведущей рукой.</p> <p><b>Разучивание.</b> Обучение захвату, движению рук и туловища. Метание малого мяча снизу ведущей рукой.</p> <p><b>Повторение.</b> Ходьба в полуприседе. Комплекс ОРУ с веревочками. Коррекционная игра «Повтори движение». Бег с захлестом голени.</p>
18.		1	<p>Метание с места в горизонтальную цель</p>	<p><b>Подводящие упражнения.</b> Метание набивного мешочка снизу правой и левой рукой в горизонтальную цель.</p> <p><b>Разучивание.</b> Метание малого мяча снизу правой и левой рукой в горизонтальную цель. Ходьба с движениями рук: в стороны, назад, вперед, вверх.</p> <p><b>Повторение.</b> Обучение захвату, движению рук и туловища. Метание малого мяча снизу ведущей рукой. Комплекс ОРУ с веревочками. Коррекционная игра «Повтори движение» Бег.</p>
19.		2	<p>Ходьба и бег « змейкой».</p>	<p><b>Подводящие упражнения.</b> Ходьба змейкой.</p> <p><b>Повторение.</b> Комплекс ОРУ в парах.</p>
20.				

21.		1	Комплекс упражнений с обручами. К/и «Совушка-сова».	<b>Разучивание.</b> Комплекс ОРУ с обручами. Коррекционная игра «Совушка-сова». <b>Повторение.</b> Коррекционные упражнения для формирования правильной осанки и свода стопы
22.		1	Ползание по гимнастический скамейке на четвереньках.	<b>Подводящие упражнения.</b> Ползание на четвереньках на заданное расстояние <b>Разучивание.</b> Ползание по гимнастический скамейке на четвереньках. <b>Повторение.</b> Комплекс ОРУ с обручами. Коррекционная игра «Совушка-сова».
23.		1	Ползание по гимнастический скамейке на животе.	<b>Подводящие упражнения.</b> Ползание по гимнастический скамейке на животе подтягиваясь двумя руками с помощью. <b>Разучивание.</b> Ползание по гимнастический скамейке на животе подтягиваясь двумя руками самостоятельно. <b>Повторение.</b> Ползание по гимнастический скамейке на четвереньках. Комплекс ОРУ с обручами. Коррекционная игра «Совушка-сова».
24.		1	Ползание по наклонной гимнастический скамейке на животе и на четвереньках.	<b>Подводящие упражнения.</b> Ползание на четвереньках и на животе на заданное расстояние. <b>Разучивание.</b> Ползание вверх по наклонной гимнастический скамейке на четвереньках и на животе. <b>Повторение.</b> Ползание вверх и вниз наклонной по гимнастический скамейке на четвереньках.
25.		1	Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом. К/и «Стрелки»	<b>Подводящие упражнения.</b> Ходьба по гимнастической скамейке. <b>Разучивание.</b> Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом. Комплекс ОРУ с гимнастической скамейкой. Коррекционная игра «Стрелки»

				<b>Повторение.</b> Ходьба по веревке выложенной змейкой перешагивая мелкие предметы, руки в стороны.
26.		1	Ходьба по гимнастической скамейке с высоким подниманием бедра.	<b>Подводящие упражнения.</b> Ходьба по гимнастической скамейке перешагивая предметы. <b>Разучивание.</b> Ходьба по гимнастической скамейке с высоким подниманием бедра. <b>Повторение.</b> Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом. Комплекс ОРУ с гимнастической скамейкой. Коррекционная игра «Стрелки»
27.		1	Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, перешагивая мелкие предметы.	<b>Подводящие упражнения.</b> Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом правое, левое плечо вперед. <b>Разучивание.</b> Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом правое, левое плечо вперед перешагивая мелкие предметы. <b>Повторение.</b> Ходьба по гимнастической скамейке с высоким подниманием бедра. Комплекс ОРУ с гимнастической скамейкой. Коррекционная игра «Стрелки»
28.		2	Лазание по гимнастической стенке	<b>Подводящие упражнения.</b> Лазание по гимнастической стенке одноименным способом с помощью.
29.				<b>Разучивание.</b> Лазание по гимнастической стенке одноименным способом без помощи. <b>Повторение.</b> Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. Комплекс ОРУ на гимнастических ковриках.

30.		2	Перелезание через препятствия.	<p><b>Подводящие упражнения.</b> Ползание на четвереньках и на животе на заданное расстояние.</p> <p><b>Разучивание.</b> Перелезание через препятствия.</p> <p><b>Повторение.</b> Ползание вверх и вниз наклонной по гимнастической скамейке на четвереньках</p>
31.				
32.		1	Передача предметов в шеренге (по кругу, в колонне).	<b>Разучивание</b> Построение в колонну, шеренгу по одному, передача предметов по кругу ,в колонне.
33.		1	<p><b>3 четверть (20 часов)</b></p> <p><b>Лыжная подготовка.</b></p> <p>ТБ при использовании лыжного инвентаря. Знакомство с лыжным инвентарём (лыжи, палки, ботинки).</p>	<p><b>Транспортировка</b> лыжного инвентаря.</p> <p><b>Соблюдение</b> последовательности действий при креплении ботинок к лыжам.</p> <p><b>Чистка</b> лыж от снега.</p>
34.		1	Последовательность действий при креплении ботинок к лыжам.	<p><b>Транспортировка</b> лыжного инвентаря.</p> <p><b>Соблюдение</b> последовательности действий при креплении ботинок к лыжам.</p> <p><b>Чистка</b> лыж от снега.</p>
35.		3	Стояние на параллельно лежащих лыжах. Выполнение ступающего шага.	<p><b>Стояние</b> на параллельно лежащих лыжах.</p> <p><b>Выполнение</b> ступающего шага: шаговые движения на месте, продвижение вперед приставным шагом, продвижение в сторону приставным шагом</p>
36.				
37.				
38.		3	Выполнение поворотов, стоя на лыжах.	<p><b>Стояние</b> на параллельно лежащих лыжах.</p> <p><b>Выполнение</b> ступающего шага.</p> <p><b>Выполнение</b> поворотов, стоя на лыжах.</p>
39.				
40.				

41.		3	Выполнение скользящего шага с палками: одно (несколько) скольжений.	<b>Стояние</b> на параллельно лежащих лыжах. <b>Выполнение</b> поворотов, стоя на лыжах. <b>Выполнение</b> скользящего шага с палками:
42.				
43.				
44.		3	Выполнение скользящего шага без палок: одно (несколько) скольжений.	<b>Стояние</b> на параллельно лежащих лыжах. <b>Выполнение</b> поворотов, стоя на лыжах. <b>Выполнение</b> скользящего шага без палок:
45.				
46.				
47.		2	Преодоление подъемов ступающим шагом «лесенкой».	<b>Соблюдение</b> последовательности действий при подъеме.
48.				
49.		2	Преодоление подъемов ступающим шагом «полуелочкой», «елочкой»).	<b>Соблюдение</b> последовательности действий при подъеме
50.				
51.		2	Выполнение торможения при спуске со склона нажимом палок («полуплугом», «плугом», падением).	<b>Соблюдение</b> последовательности действий при спуске.
52.				
53.		1	<b>4 четверть (16 часов)</b> Подвижная игра «Стоп, хоп, раз».	<b>Разучивание</b> подвижной игры. <b>Соблюдение</b> правил игры «Стоп, хоп, раз».
54.		1	Знакомство со спортивным инвентарем для игры в бадминтон	<b>Узнавание</b> (различение) инвентаря для бадминтона. Удар по волану: нижняя (верхняя) подача. <b>Отбивание</b> волана снизу (сверху). <b>Играть</b> в паре.
55.		1	Подвижная игра «Болото»	<b>Разучивание</b> подвижной игры. <b>Соблюдение</b> правил игры «Болото».
56.		1	Игра-эстафета «Полоса препятствий»	<b>Соблюдение</b> последовательности действий в игре-эстафете «Полоса препятствий»
57.		1	Броски мяча об пол и, подбрасывание мяча вверх.	<b>Подводящие упражнения.</b> Броски мяча об пол. <b>Разучивание.</b> Броски мяча об пол и ловля двумя руками, подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками.

58.		1	Броски мяча от головы двумя руками с отскока от пола в парах.	<b>Подводящие упражнения.</b> Броски мяча от головы двумя руками о стену. <b>Разучивание.</b> Броски мяча от головы двумя руками с отскока от пола в парах.
59.		1	Перебрасывание мяча снизу в парах.	<b>Подводящие упражнения.</b> Броски мяча снизу двумя руками о стену. <b>Разучивание.</b> Перебрасывание мяча снизу в парах. <b>Повторение.</b> Подбрасывание мяча вверх с хлопком. Сюжетные ОРУ.
60.		1	Броски мяча от груди двумя руками в парах	<b>Подводящие упражнения.</b> Броски мяча от груди двумя руками о стену. <b>Разучивание.</b> Броски мяча от груди двумя руками в парах. Комплекс ОРУ со средними мячами.
61.		1	Подвижная игра «Пятнашки».	<b>Разучивание</b> подвижной игры. <b>Соблюдение</b> правил игры «Пятнашки».
62.		1	Подвижная игра «Бросай-ка».	<b>Разучивание</b> правил игры.
63.		1	Подвижная игра «Рыбаки и рыбки»	<b>Разучивание</b> правил игры
64.		1	Игра -эстафета «Строим дом».	<b>Соблюдение</b> последовательности действий в игре-эстафете «Строим дом»
65.		1	Удары мяча об пол правой, левой рукой поочередно.	<b>Подводящие упражнения.</b> Удары мяча об пол правой рукой несколько раз подряд, затем и левой рукой. <b>Разучивание.</b> Удары мяча об пол правой, левой рукой поочередно.
66.		1	Удары мяча об пол одновременно обеими руками в сочетании с движением.	<b>Подводящие упражнения.</b> Удары мяча об пол одновременно обеими руками стоя на месте. <b>Разучивание.</b> Удары мяча об пол одновременно обеими руками в сочетании с движением вперед. Коррекционная игра «Гуси-

				<p>Лебеди»</p> <p><b>Повторение.</b> Сюжетные ОРУ. Удары мяча об пол одновременно обеими руками в движении приставным шагом влево. Игра «Филин и пташки»</p>
67.		1	Корректирующие упражнения для укрепления мышц спины и живота.	<p><b>Разучивание.</b> Корректирующие упражнения для укрепления мышц спины и живота.</p> <p><b>Повторение.</b> Комплекс ОРУ со скакалками</p>
68.		1	Корректирующие упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев.	<p><b>Разучивание.</b> Корректирующие упражнения для формирования правильного положения и движений рук, ног, головы, туловища. Комплекс ОРУ с обручами. Корректирующие упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев</p> <p><b>Повторение.</b> Корректирующие упражнения для развития мышц рук и плечевого пояса; мышц ног.</p>

## КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 3 класс

68 часов в год (2ч. в неделю)

№ урока	Дата	Количество часов	Тема	Виды деятельности
1.		1	<b>1 четверть(16 часов)</b> Техника безопасности и правила поведения на уроках физической культуры.	<b>Разучивание.</b> Построение в одну шеренгу по разметке. Комплекс ОРУ без предметов
2.		1	Ходьба и бег в колонне по одному.	<b>Подводящие упражнения.</b> Построение в одну колонну. Ходьба и бег за учителем в колонне по одному в обход зала (темп умеренный). <b>Разучивание.</b> Ходьба и бег в рассыпную с нахождением своего места в колонне. <b>Повторение.</b> Построение в одну шеренгу по разметке. Комплекс ОРУ без предметов. Коррекционная игра «Найди свое место в шеренге».
3.		1	Ходьба и бег в колонне в заданном направлении. Игра «Найди свое место».	<b>Подводящие упражнения.</b> Ходьба и бег за учителем в колонне по одному в заданном направлении (темп умеренный). <b>Разучивание.</b> Ходьба и бег в колонне со сменой направления движения по сигналу «Кругом!» <b>Повторение.</b> Ходьба и бег в рассыпную с нахождением своего места в колонне. Комплекс ОРУ без предметов. Коррекционная игра «Найди свое место в шеренге и колонне».
4.		1	Ходьба и бег в колонне со сменой направления. К/и «Весёлые ракеты».	<b>Подводящие упражнения.</b> Ходьба и бег в различных направлениях. <b>Разучивание.</b> Комплекс ОРУ в движении. Коррекционная игра «Веселые ракеты». <b>Повторение.</b> Ходьба и бег в колонне со сменой направления

				движения по сигналу «Кругом!»
5.		1	Бег и ходьба с преодолением препятствий. Ходьба но носках, на пятках.	<b>Подводящие упражнения.</b> Ходьба с различным положением рук: на пояс, к плечам. <b>Разучивание.</b> Бег и ходьба с преодолением препятствий <b>Повторение.</b> Чередование бега и ходьбы по разметке. Ходьба но носках, на пятках. Комплекс ОРУ в движении. Коррекционная игра «Веселые ракеты».
6.		1	Бег в среднем темпе с переходом на ходьбу. К/и «Передача обручей по кругу».	<b>Подводящие упражнения.</b> Ходьба группами в быстром темпе. <b>Разучивание.</b> Перебежки группами на 15-20 м. Комплекс ОРУ с хлопками. Коррекционная игра «Передача обручей по кругу». <b>Повторение.</b> Бег и ходьба с преодолением препятствий. Ходьба но носках, на пятках, с различным положением рук. Чередование бега и ходьбы.
7.		1	Прыжки на двух ногах на месте с продвижением вперед (назад, вправо, влево).	<b>Разучивание .</b> Прыгать на двух ногах на месте и с продвижением вперед. <b>Повторение .</b> Чередование бега и ходьбы по разметке. Ходьба но носках, на пятках.
8.		1	Прыжки на одной ноге на месте, с продвижением вперед (назад, вправо, влево)).	<b>Разучивание .</b> Прыгать на одной ноге на месте и с продвижением вперед. <b>Повторение .</b> Бег и ходьба с преодолением препятствий
9.		1	Перепрыгивание с одной ноги на другую на месте, с продвижением вперед.	<b>Разучивание .</b> Перепрыгивать с одной ноги на другую на месте и с продвижением вперед. <b>Повторение .</b> Чередование бега и ходьбы по разметке. Ходьба но носках, на пятках.
10.		1	Прыжки на двух ногах из глубокого приседа.	<b>Подводящие упражнения.</b> Прыжки на двух ногах на месте и через веревочки с продвижением вперед. Ходьба приставным шагом правое, левое плечо вперед. <b>Разучивание.</b> Прыжки вверх из глубокого приседа.

				<b>Повторение</b> Комплекс ОРУ в кругу.
11.		1	Прыжки на двух ногах на мягкое покрытие .	<b>Подводящие упражнения.</b> Прыжки на двух ногах на месте вперед, назад, в право, в лево. <b>Разучивание.</b> Прыжки вверх из глубокого приседа на мягкое покрытие h- 20 см. <b>Повторение.</b> Прыжки вверх из глубокого приседа. Ходьба приставным шагом правое, левое плечо вперед. Комплекс ОРУ в кругу.
12.		1	Коррекционная игра «Невод». Ходьба приставным шагом с приседанием.	<b>Подводящие упражнения.</b> Прыжки вверх из глубокого приседа. <b>Разучивание.</b> Комплекс ОРУ с флажками. Коррекционная игра «Невод». Ходьба приставным шагом с приседанием. <b>Повторение.</b> Прыжки вверх из глубокого приседа на мягкое покрытие h- 20 см.
13.		1	Подпрыгивание вверх. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.	<b>Подводящие упражнения.</b> Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. <b>Разучивание.</b> Подпрыгивание вверх толчком двумя ногами на месте с захватом или касанием висящего предмета <b>Повторение.</b> Комплекс ОРУ с флажками. Коррекционная игра «Невод». Ходьба приставным шагом с приседанием.
14.		1	Прыжки с высоты с мягким приземлением.	<b>Подводящие упражнения.</b> Ходьба перекатом с пятки на носок. Прыжки через мелкие предметы толчком двумя ногами. <b>Разучивание.</b> Обучение приземлению. Спрыгивание с низкой гимнастической скамейки. <b>Повторение.</b> Комплекс ОРУ с набивными мешочками.
15.		1	Запрыгивание и спрыгивание с низкой гимнастической скамейки.	<b>Подводящие упражнения.</b> Запрыгивание и спрыгивание с низких устойчивых предметов. <b>Разучивание.</b> Запрыгивание и спрыгивание с низкой гимнастической скамейки.

				<b>Повторение.</b> Обучение приземлению. Спрыгивание с низкой гимнастической скамейки. Ходьба перекатом с пятки на носок. Комплекс ОРУ с набивными мешочками.
16.		1	Ходьба в полуприседе. Бег с захлестом голени. К/и «Повтори движение».	<b>Подводящие упражнения.</b> Ходьба в полуприседе. Комплекс ОРУ с веревочками. Бег с захлестом голени. <b>Разучивание.</b> Коррекционная игра «Повтори движение». <b>Повторение.</b> Запрыгивание и спрыгивание с низкой гимнастической скамейки.
17.		1	<b>2 четверть(16 часов)</b> Броски среднего (маленького) мяча двумя руками вверх (о пол, о стенку).	<b>Подводящие упражнения.</b> Обучение захвату, движению рук и туловища. Метание набивного мешочка снизу ведущей рукой. <b>Разучивание.</b> Обучение захвату, движению рук и туловища. Метание малого мяча снизу ведущей рукой. <b>Повторение.</b> Ходьба в полуприседе. Комплекс ОРУ с веревочками. Коррекционная игра «Повтори движение». Бег с захлестом голени.
18.		1	Метание с места в горизонтальную цель	<b>Подводящие упражнения.</b> Метание набивного мешочка снизу правой и левой рукой в горизонтальную цель. <b>Разучивание.</b> Метание малого мяча снизу правой и левой рукой в горизонтальную цель. Ходьба с движениями рук: в стороны, назад, вперед, вверх. <b>Повторение.</b> Обучение захвату, движению рук и туловища. Метание малого мяча снизу ведущей рукой. Комплекс ОРУ с веревочками. Коррекционная игра «Повтори движение» Бег.
19.		2	Ходьба и бег « змейкой».	<b>Подводящие упражнения.</b> Ходьба змейкой. <b>Повторение.</b> Комплекс ОРУ в парах.
20.				
21.		1	Комплекс упражнений с обручами. К/и «Совушка-сова».	<b>Разучивание.</b> Комплекс ОРУ с обручами. Коррекционная игра «Совушка-сова». <b>Повторение.</b> Коррекционные упражнения для формирования

				правильной осанки и свода стопы
22.		1	Ползание по гимнастический скамейке на четвереньках.	<b>Подводящие упражнения.</b> Ползание на четвереньках на заданное расстояние <b>Разучивание.</b> Ползание по гимнастический скамейке на четвереньках. <b>Повторение.</b> Комплекс ОРУ с обручами. Коррекционная игра «Совушка-сова».
23.		1	Ползание по гимнастический скамейке на животе.	<b>Подводящие упражнения.</b> Ползание по гимнастический скамейке на животе подтягиваясь двумя руками с помощью. <b>Разучивание.</b> Ползание по гимнастический скамейке на животе подтягиваясь двумя руками самостоятельно. <b>Повторение.</b> Ползание по гимнастический скамейке на четвереньках. Комплекс ОРУ с обручами. Коррекционная игра «Совушка-сова».
24.		1	Ползание по наклонной гимнастический скамейке на животе и на четвереньках.	<b>Подводящие упражнения.</b> Ползание на четвереньках и на животе на заданное расстояние. <b>Разучивание.</b> Ползание вверх по наклонной гимнастический скамейке на четвереньках и на животе. <b>Повторение.</b> Ползание вверх и вниз наклонной по гимнастический скамейке на четвереньках.
25.		1	Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом. К/и «Стрелки»	<b>Подводящие упражнения.</b> Ходьба по гимнастической скамейке. <b>Разучивание.</b> Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом. Комплекс ОРУ с гимнастической скамейкой. Коррекционная игра «Стрелки» <b>Повторение.</b> Ходьба по веревке выложенной змейкой перешагивая мелкие предметы, руки в стороны.
26.		1	Ходьба по гимнастической скамейке с высоким подниманием бедра.	<b>Подводящие упражнения.</b> Ходьба по гимнастической скамейке перешагивая предметы.

				<p><b>Разучивание.</b> Ходьба по гимнастической скамейке с высоким подниманием бедра.</p> <p><b>Повторение.</b> Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом.</p> <p>Комплекс ОРУ с гимнастической скамейкой. Коррекционная игра «Стрелки»</p>
27.		1	Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, перешагивая мелкие предметы.	<p><b>Подводящие упражнения.</b> Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом правое, левое плечо вперед.</p> <p><b>Разучивание.</b> Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом правое, левое плечо вперед перешагивая мелкие предметы.</p> <p><b>Повторение.</b> Ходьба по гимнастической скамейке с высоким подниманием бедра.</p> <p>Комплекс ОРУ с гимнастической скамейкой. Коррекционная игра «Стрелки»</p>
28.		2	Лазание по гимнастической стенке	<p><b>Подводящие упражнения.</b> Лазание по гимнастической стенке одноименным способом с помощью.</p>
29.	<p><b>Разучивание.</b> Лазание по гимнастической стенке одноименным способом без помощи.</p> <p><b>Повторение.</b> Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. Комплекс ОРУ на гимнастических ковриках.</p>			
30.		2	Перелезание через препятствия.	<p><b>Подводящие упражнения.</b> Ползание на четвереньках и на животе на заданное расстояние.</p>
31.	<p><b>Разучивание.</b> Перелезание через препятствия.</p> <p><b>Повторение.</b> Ползание вверх и вниз наклонной по гимнастической скамейке на четвереньках.</p>			
32.		1	Передача предметов в шеренге (по кругу, в колонне).	<p><b>Разучивание.</b> Построение в колонну, шеренгу по одному, передача предметов по кругу, в колонне.</p>

33.		1	<b>3 четверть (20 часов)</b> <b>Лыжная подготовка.</b> ТБ при использовании лыжного инвентаря. Знакомство с лыжным инвентарём (лыжи, палки, ботинки).	<b>Транспортировка</b> лыжного инвентаря. <b>Соблюдение</b> последовательности действий при креплении ботинок к лыжам. <b>Чистка</b> лыж от снега.
34.		1	Последовательность действий при креплении ботинок к лыжам.	<b>Транспортировка</b> лыжного инвентаря. <b>Соблюдение</b> последовательности действий при креплении ботинок к лыжам. <b>Чистка</b> лыж от снега.
35.		3	Стояние на параллельно лежащих лыжах. Выполнение ступающего шага.	<b>Стояние</b> на параллельно лежащих лыжах. <b>Выполнение</b> ступающего шага: шаговые движения на месте, продвижение вперед приставным шагом, продвижение в сторону приставным шагом
36.				
37.				
38.		3	Выполнение поворотов, стоя на лыжах.	<b>Стояние</b> на параллельно лежащих лыжах. <b>Выполнение</b> ступающего шага. <b>Выполнение</b> поворотов, стоя на лыжах.
39.				
40.				
41.		3	Выполнение скользящего шага с палками: одно (несколько) скольжений.	<b>Стояние</b> на параллельно лежащих лыжах. <b>Выполнение</b> поворотов, стоя на лыжах. <b>Выполнение</b> скользящего шага с палками:
42.				
43.				
44.		3	Выполнение скользящего шага без палок: одно (несколько) скольжений.	<b>Стояние</b> на параллельно лежащих лыжах. <b>Выполнение</b> поворотов, стоя на лыжах. <b>Выполнение</b> скользящего шага без палок:
45.				
46.				
47.		2	Преодоление подъемов ступающим шагом «лесенкой».	<b>Соблюдение</b> последовательности действий при подъеме.
48.				
49.		2	Преодоление подъемов ступающим шагом «полуелочкой», «елочкой»).	<b>Соблюдение</b> последовательности действий при подъеме
50.				

51.		2	Выполнение торможения при спуске со склона нажимом палок («полуплугом», «плугом», падением).	<b>Соблюдение</b> последовательности действий при спуске.
52.				
53.		1	<b>4 четверть (16 часов)</b> Подвижная игра «Стоп, хоп, раз».	<b>Разучивание</b> подвижной игры. <b>Соблюдение</b> правил игры «Стоп, хоп, раз».
54.		1	Знакомство со спортивным инвентарем для игры в бадминтон	<b>Узнавание</b> (различение) инвентаря для бадминтона. Удар по волану: нижняя (верхняя) подача. <b>Отбивание</b> волана снизу (сверху). <b>Играть</b> в паре.
55.		1	Подвижная игра «Болото»	<b>Разучивание</b> подвижной игры. <b>Соблюдение</b> правил игры «Болото».
56.		1	Игра-эстафета «Полоса препятствий»	<b>Соблюдение</b> последовательности действий в игре-эстафете «Полоса препятствий»
57.		1	Броски мяча об пол и, подбрасывание мяча вверх.	<b>Подводящие упражнения.</b> Броски мяча об пол. <b>Разучивание.</b> Броски мяча об пол и ловля двумя руками, подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками.
58.		1	Броски мяча от головы двумя руками с отскока от пола в парах.	<b>Подводящие упражнения.</b> Броски мяча от головы двумя руками о стену. <b>Разучивание.</b> Броски мяча от головы двумя руками с отскока от пола в парах.
59.		1	Перебрасывание мяча снизу в парах.	<b>Подводящие упражнения.</b> Броски мяча снизу двумя руками о стену. <b>Разучивание.</b> Перебрасывание мяча снизу в парах. <b>Повторение.</b> Подбрасывание мяча вверх с хлопком. Сюжетные ОРУ.
60.		1	Броски мяча от груди двумя руками в парах	<b>Подводящие упражнения.</b> Броски мяча от груди двумя руками о стену. <b>Разучивание.</b> Броски мяча от груди двумя руками в парах. Комплекс ОРУ со средними мячами.

61.		1	Подвижная игра «Пятнашки».	<b>Разучивание</b> подвижной игры. <b>Соблюдение</b> правил игры «Пятнашки».
62.		1	Подвижная игра «Бросай-ка».	<b>Разучивание</b> правил игры.
63.		1	Подвижная игра «Рыбаки и рыбки»	<b>Разучивание</b> правил игры
64.		1	Игра -эстафета «Строим дом».	<b>Соблюдение</b> последовательности действий в игре-эстафете «Строим дом»
65.		1	Удары мяча об пол правой, левой рукой поочередно.	<b>Подводящие упражнения.</b> Удары мяча об пол правой рукой несколько раз подряд, затем и левой рукой. <b>Разучивание.</b> Удары мяча об пол правой, левой рукой поочередно.
66.		1	Удары мяча об пол одновременно обеими руками в сочетании с движением.	<b>Подводящие упражнения.</b> Удары мяча об пол одновременно обеими руками стоя на месте. <b>Разучивание.</b> Удары мяча об пол одновременно обеими руками в сочетании с движением вперед. Коррекционная игра «Гуси-Лебеди» <b>Повторение.</b> Сюжетные ОРУ. Удары мяча об пол одновременно обеими руками в движении приставным шагом влево. Игра «Филин и пташки»
67.		1	Корректирующие упражнения для укрепления мышц спины и живота.	<b>Разучивание.</b> Корректирующие упражнения для укрепления мышц спины и живота. <b>Повторение.</b> Комплекс ОРУ со скакалками
68.		1	Корректирующие упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев.	<b>Разучивание.</b> Корректирующие упражнения для формирования правильного положения и движений рук, ног, головы, туловища. Комплекс ОРУ с обручами. Корректирующие упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев <b>Повторение.</b> Корректирующие упражнения для развития мышц рук и плечевого пояса, мышц ног.