

УТВЕРЖДЕНО

Директором

МБОУ ООШ № 16 им. В.В. Сальникова

Рабочая программа по учебному предмету
«Физическая культура»

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА № 16 ИМ. В. В. САЛЬНИКОВА МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ БРЮХОВЕЦКИЙ РАЙОН

9 класс

п. Лебяжий Остров

Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура» в 9 классе разработана на основе: Адаптированной основной общеобразовательной программы основного общего образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и на основании следующих нормативно – правовых документов:

1. Приказа Министерства Образования Российской Федерации от 10. 04. 2002 года, № 29/ 20 65 – п «Об утверждении учебных планов специальных (коррекционных) образовательных учреждений для обучающихся, воспитанников с отклонениями в развитии»
2. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида под редакцией В. В. Воронковой.
3. Учебного плана ГКОУ КК школы – интернат с. Шабельского на 2018-2019 учебный год.
4. Федерального перечня учебников, рекомендованного Министерством образования и науки РФ к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях на 2018-2019 учебный год.
5. Типового положения о специальном (коррекционном) образовательном учреждении для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья (в редакции Постановления Правительства РФ от 18.08.2008г. N 617);
6. Письма Минобразования РФ «О специфике деятельности специальных (коррекционных) образовательных учреждений I - VIII видов» от 04.09.1997 N 48 (ред. от 26.12.2000) Данная программа составлена на основе Адаптированной основной общеобразовательной программы основного общего образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Рабочая программа по физической культуре представляет собой целостный документ, включающий такие разделы: пояснительную записку, общую характеристику курса, описание места учебного предмета в учебном плане, содержание учебного предмета, планируемые результаты изучения учебного предмета, описание материально-технического обеспечения, литературу, интернет-ресурсы, приложение (КТП,ЛФИ).

Программа ориентирует учителя на последовательное решение основных задач физического воспитания: укрепление здоровья, физическое развитие и повышение работоспособности учащихся;

- развитие и совершенствование двигательных умений и навыков;
- приобретение знаний в области гигиены, теоретических сведений по физкультуре;
- развитие чувства темпа и ритма, координации движений;
- формирование навыков правильной осанки в статических положениях и в движении;
- усвоение учащимися речевого материала, используемого учителем на уроке.

Процесс овладения знаниями, умениями и навыками неразрывно связан с развитием умственных способностей ребёнка. Поэтому задача развития этих возможностей считается одной из важных и носит коррекционную направленность. Специфика деятельности учащихся с нарушениями интеллекта на уроках физической культуры чрезмерная двигательная реактивность, интенсивная эмоциональная напряженность, яркое проявление негативного отношения к занятиям и даже к окружающим детям и взрослым. Учитель свои требования должен сочетать с уважением личности ребёнка, учётом уровня его физического развития и физической подготовки.

Учащиеся должны на уроке проявлять больше самостоятельности при постоянном контроле и помощи учителя. Определяя содержание занятий, следует исходить из конкретных задач обучения и особенностей контингента учащихся. Среди различных показателей эффективности процесса воспитания на уроках физической культуры важное значение в специальной коррекционной школе имеет активность учащихся, дисциплинированность, взаимопомощь, внешний вид, наличие соответствующей спортивной одежды, бережное отношение к оборудованию и инвентарю.

Общая характеристика курса

В процессе овладения физической деятельностью у школьников не только совершенствуется физические качества, но и активно развивается мышление и сознание, творческие способности и самостоятельность. В основе обучения физическими упражнениями должны просматриваться следующие принципы: - индивидуализация и дифференциация процесса обучения; - коррекционная направленность обучения; - оптимистическая перспектива; - комплексность обучения на основе прогрессивных психолого-педагогических и психолого-физиологических теорий. Урок физической культуры - основная форма физического воспитания в общеобразовательных учреждениях. При организации занятий следует строго соблюдать правила техники безопасности учащихся. На каждом уроке решается, как правило, комплекс взаимосвязанных задач: образовательных, воспитательных, оздоровительных. Урок физической культуры характеризуется следующими особенностями: - продолжительность подготовительной части урока небольшая (10 минут) и может включать в себя как ранее разученные «тематические комплексы упражнений (например, на гибкость, коррекцию, координацию, осанку), так и упражнения общеразвивающего характера, содействующие повышению работоспособности, активности процессов внимания, памяти и мышления. Главное, чтобы используемые упражнения не характеризовались значительными физическими нагрузками, приводящими к утомлению, не вызывали ярко выраженных эмоциональных напряжений; - в основной части урока необходимо выделить образовательный и двигательный компоненты. Образовательный компонент основной части урока включает в себя учебные знания и способы физкультурной деятельности и в зависимости от объёма учебного материала его продолжительность может составлять от 3-4 минут до 10-12 минут. В свою очередь, двигательный компонент – представлен обучением двигательным действиям и развитием физических качеств, и его продолжительность будет зависеть от того, сколько времени потребуется на решение задач, запланированных в образовательном компоненте. При разработке содержания двигательного компонента необходимо включить обязательную разминку, которая по своему характеру должна соотноситься с поставленными педагогическими задачами; - продолжительность заключительной части урока будет зависеть от суммарной величины физической нагрузки, выполненной школьниками в его основной части. Важнейшим требованием современного урока является обеспечение дифференцированного и индивидуального подходов к учащимся с учётом их состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, и особенностей развития психических свойств и качеств. Уроки физического воспитания направлены, в первую очередь, на развитие и совершенствование движения детей и, по возможности, проводятся в сентябре – октябре, мае на свежем воздухе. На уроках используются нетрадиционные формы изучения программного материала, различные подвижные и ролевые игры и игровые ситуации, которые имеют большое значение для укрепления здоровья детей, стимуляции интереса к занятиям. Программа состоит из трёх разделов: «Знания о физической культуре», «Способы физкультурной деятельности», «Физическое совершенствование»

Обязательным является контроль за уровнем физического развития и двигательной активностью учащихся (ДА). По мере прохождения учебного материала проводятся проверочные испытания по определенным видам упражнений. Тесты проводятся 2 раза в год: в сентябре-мае (избирательно). Полученные данные обрабатываются, сопоставляются с показателями физического развития, вписываются в специально отведенный журнал учета двигательной активности и физического развития. На основе этих данных совместно с врачом школы определяются физкультурные группы. Важной особенностью образовательного процесса физического воспитания является оценивание учащихся. Оценивание учащихся предусмотрено как по окончании изучения раздела, так и по мере текущего освоения умений и навыков. В начале и конце учебного года учащиеся сдают зачетные упражнения (тесты) для определения уровня физического развития и физических способностей.

Тесты принимаются в виде зачетов по плану на уроках легкой атлетики. Кроме зачетов по уровню физического развития, в каждой четверти принимаются контрольные упражнения по пройденным разделам программы.

Цель: содействовать всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности школьника.

Задачи: закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностей ориентаций на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены; обучение основам базовых видов двигательных действий; дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей; формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств; выработку представлений о физической культуре личности и приемах самоконтроля; представлений об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах; выработку организаторских навыков проведения занятий в качестве капитана команды; формирование адекватной оценки собственных физических возможностей; усвоение учащимися речевого материала, используемого учителем; содействие развитию психических процессов; воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности, индивидуальных психических черт и особенностей в общении и коллективном взаимодействии.

В программе использованы методы и формы обучения: словесный метод (объяснение, указания, команда, убеждение); наглядный метод (демонстрация, наглядные пособия, и т.д.); метод разучивания нового материала (в целом и по частям); методы развития двигательных качеств (повторный, равномерный, соревновательный)

Групповые, игровые, фронтальная, индивидуальная формы работы. Самостоятельные занятия.

В программе использованы следующие типы уроков: образовательно-познавательной направленности знакомят с учебными знаниями, обучают навыкам и умениям по организации и проведению самостоятельных занятий, с использованием ранее разученного учебного материала; образовательно-предметной направленности используются для формирования обучения практическому материалу разделов гимнастики, легкой атлетики, подвижных игр, лыжной подготовки; образовательно-тренировочной направленности используются для преимущественного развития физических качеств и решение соответствующих задач на этих уроках, формируются представления о физической подготовке и физических качеств, обучают способам регулирования физической нагрузки, способам контроля ее и влиянии на развитие систем организма. В программе предусмотрены современные образовательные технологии : здоровьесберегающие технологии - привитие гигиенических навыков, навыков правильного дыхания, приемов массажа, игр на свежем воздухе в целях закаливания, использование физических упражнений имеющих лечебно-воспитательный эффект, корректирующих и коррекционных упражнений; личностно-ориентированное и дифференцированное обучение - применение тестов и заданий с учетом уровня физической подготовленности и группы здоровья. информационно-коммуникационные технологии 6
Учебно-тематическое планирование

Описание места учебного предмета в учебном плане ОУ

В федеральном базисном учебном плане на предмет физической культуры в 5-9 классах выделяется (3 учебных часа в неделю, за год 102 часа 34 учебные недели). Из этого объема в примерной программе выделяется 20% учебного времени, которое является резервным и используется учителем по своему усмотрению.

Содержание учебного предмета

Основы знаний.

Понятие спортивной этике. Отношение к своим товарищам по классу, группе, команде.

Правила безопасности при выполнении физических упражнений.

Гимнастика.

Строевые упражнения.

Выполнение строевых команд (чёткость и правильность) за предыдущие годы. Размыкание в движении на заданный интервал. Сочетание ходьбы и бега шеренге и в колонне; изменение скорости передвижения. Фигурная маршировка. Выполнение команд ученика (при контроле учителя).

Общеразвивающие и корригирующие упражнения.

Из положения лёжа на животе подбородок на тыльной стороне кистей руки, поднять голову и плечи, перевести руки на пояс, смотреть вперёд.

Стойка поперёк (на рейке гимна, скамейке) на одной ноге, другая вперёд, в сторону, назад.

Общеразвивающие и корригирующие упражнения с предметами, на снарядах.

С гимнастическими палками: подбрасывание и ловля палки в горизонтальном и вертикальном положении, сгибание и разгибание рук с палкой, повороты туловища с движением рук с палкой вперёд, назад, вправо с различными положениями палки.

С большими обручами: приседание с обручем в руках, повороты направо, налево.

С малыми мячами: подбрасывание мяча вверх правой, левой рукой и ловля его. Переменные удары мяча о пол левой и правой рукой. Перебрасывание мяча в парах.

С набивными мячами: передача мяча слева направо и справа налево стоя в кругу.

Упражнения на гимнастической скамейке: сгибание и разгибание рук, лёжа в упоре на скамейке; прыжки через скамейку, с упором на неё. Подскоки с набивным мячом на месте.

Упражнение на гимнастической стенке.

Пружинистые приседания в положения выпада вперёд, опираясь о рейку на уровне колена.

Сгибание и разгибание рук в положении лёжа на полу, опираясь ногами на вторую рейку от пола (мальчики).

Акробатические упражнения(элементы, связки)

Для мальчиков: кувырок вперёд из положения сидя на пятках; толчком одной ноги махом другой

встать на голову с опорой на руки.

Для девочек: из положения «мост» поворот вправо, влево в упор на правое левое колено.

Простые и смешанные висы и упоры.

Мальчики: повторение ранее изученных висов и упоров; вис на время с различным положением ног;

Девочки: простые комбинации на брусьях.

Переноска груза и передача предметов.

Передача набивного мяча в колонне справа, слева. Передача нескольких предметов в кругу.

Лазание и перелезание.

Обучение завязыванию каната петлёй на бедре. Соревнование в лазанье на скорость.

Равновесие.

Упражнение на бревне высотой до 1м. Для девочек: вскок с опорой сед на бревне; прыжки на одной ноге, другая вперёд, назад, в стороны; повороты махом ноги назад; переход из положения сидя ноги врозь в упор лёжа. Соскок прогнувшись ноги врозь. Опорные прыжки. Совершенствование всех видов ранее изученных прыжков с увеличением высоты снаряда, расстояния мостика от козла. Прыжок боком через козла и другие снаряды.

Преодоление полосы препятствий. Ходьба.

Ходьба на скорость с переходом в бег и обратно. Прохождение на скорость отрезков 100-200м. Пешие переходы по пересечённой местности от 3-4км.

Фиксированная ходьба на обозначенных участках. Бег.

Бег на скорость 100м; бег на 60м-4 раза за урок; на 100 м-3раза за урок; эстафетный бег с этапами до 100м. Медленный бег до 10-12м;

совершенствование эстафетного бега (4-200м). Бег на средние дистанции 800м. Кросс: 1000м мальчики, 800м девочки. Прыжки. Специальные упражнения в высоту и длину. Прыжок в длину с полного разбега способом «согнув ноги»; совершенствование всех фаз прыжка. Прыжок в высоту с полного разбега способом «перешагивание»; совершенствование всех фаз прыжка. Прыжок с разбега способом «перекидной». Метание.

Метание различных предметов: малого утяжелённого мяча(100-150гр), гранаты, хоккейного мяча с различных исходных положений в цель и на дальность. Толкание ядра. Коррекционные упражнения (для развития пространственно-временной дифференцировке и точности движения).

Поочерёдное однонаправленные движения рук: правая назад-левая назад, правая вниз-левая вниз. Поочерёдные разнонаправленные движения рук: правая вверх-левая в сторону, правая в сторону- левая вверх. Поочерёдные однонаправленные движения рук и ног: правая рука в сторону- правая нога в сторону, правая рука вниз- правую ногу приставить. Поочерёдные разнонаправленные движения рук и ног: правая рука в сторону- правая нога назад, правая рука вниз - правую ногу приставить. Совершенствование поочерёдной координации в ходьбе: правая рука - шаг левой ногой вперёд, правая рука вниз-шаг правой ногой назад. Прохождение отрезка до 10 м от ориентира к ориентиру за определённое количество шагов. Спортивные игры: Волейбол: Влияние занятий волейболом на готовность ученика трудиться. Приём мяча снизу у сетки; отбивание мяча снизу двумя руками

через сетку на месте и в движении; верхняя прямая подача. Блокирование мяча. Прямой нападающий удар через сетку с шагом. Баскетбол: Понятие о тактике игры; практическое судейство. Повороты в движении без мяча и после получения мяча в движении. Ловля и передача мяча двумя и одной рукой при передвижении игроков в парах, тройках. Ведение мяча с изменением направлений (без обводки, с обводкой). Броски мяча в корзину с различных положений. Учебная игра. Подвижные игры. Игры с бегом на скорость. «Лучший бегун», «Преодолей препятствие», «Сумей догнать», «Эстафеты с бегом» и др.

Игры с прыжками в высоту и длину.

«Кто дальше и точнее», «Запрещенное движение».

Игры с метанием мяча на дальность.

«Стрелки», «Точно в ориентир», «Дотянись».

Игры с элементами пионербола и волейбола.

«Сигнал», «Точно в круг», «Быстро по местам». Игры с элементами волейбола.

Игры с элементами баскетбола.

«Очков набрал больше всех», «Самый точный», Игры с элементами баскетбола.

Контрольный норматив.

- бег на скорость 100 метров;
- прыжок в длину с разбега;
- метание мяча дальность;

№	Разделы программы	часы	1	2	3	4	итог
1	Основы знаний о физической культуре в процессе уроков						
2	Легкая атлетика	21	10			11	21
3	Гимнастика	21		21			21
4	Спортивная игра: «волейбол»	12			12		12
5	Спортивная игра: «баскетбол»	10			10		10
6	Подвижные игры	30	17			13	30
7	Спортивная игра: «мини -футбол»	8			8		8
8	Сетка часов	102	27	21	30	24	102

Рабочая программа составлена в соответствии с учебным планом.

Планируемые результаты изучения учебного предмета, курса.

Основные требования к знаниям, умениям и навыкам учащихся.

Знать: что такое строй; как выполнять перестроения; как проводятся соревнования по гимнастике. Как самостоятельно провести легко атлетическую разминку перед соревнованиями. Влияние занятий волейболом на трудовую подготовку. Что такое «тактика игры», роль судьи.

Уметь: выполнять все виды лазанья, опорных прыжков, равновесия; составить 5-6 упражнений и показать их выполнения учащимся на уроке. Пройти в быстром темпе 5 км по ровной площадке или по пересечённой местности; пробежать в медленном темпе 12-15 мин; бегать на короткие дистанции 100 м и 200 м, на среднюю дистанцию 800 м; преодолевать в максимальном темпе полосу препятствий на дистанции до 100 м; прыгать в длину с разбега способом «согнув ноги» на результат и в обозначенное место; прыгать в высоту с полного разбега способом «перешагивания» и способом «перекидной»; метать малый мяч с полного разбега на дальность в коридор 10 м и в обозначенное место; толкать набивной мяч весом 3 кг на результат со скачка. Выполнять все виды подач, прямой нападающий удар, блокировать нападающий удар. Выполнять подачу из-за головы при

передвижении бегом, ведение мяча с обводкой.

Описание материально-технического обеспечения

Школа располагает помещением, предназначенным для проведения спортивно-оздоровительной деятельности обучающихся: - спортивный зал, - спортивная площадка

Общая площадь спортивного зала- 54 кв.м. Имеет деревянное покрытие. Спортивный инвентарь, находящийся в зале укреплен, в соответствии СанПиН. Освещение естественное и искусственное. Соответствует СанПиН. Светильники загорожены металлическими решетками.

Спортивный зал школы укомплектован необходимым спортивным оборудованием и инвентарем, которые необходимы для реализации федеральных государственных образовательных стандартов по физической культуре и соответствуют правилам безопасности занятий по физической культуре в урочное и внеурочное время.

Оснащённость спортивного зала – 55%

Учебные помещения имеют естественное освещение в соответствии с гигиеническими требованиями к естественному, искусственному, совмещенному освещению. (согласно СанПиН 2.4.2.2821-10 п.7.1.

Литература:

1. Адаптированная основная общеобразовательная программа основного общего образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
2. Уроки физической культуры в начальных классах: пособие для учителей спец. (коррекц.) образовательных учреждений VIII вида В.М. Мозговой. «Просвещение» 2009 год.
3. Физкультурно - оздоровительная работа в школе: пособие для учителя: С.А. Баранцев, Г.В. Береудин, Г.И. Давгаль, И.Н. Столяк. Под редакцией А.М. Шлемина «Просвещение» 1988 год.
4. Физическая культура. Пособие для учителя М. «Айрис-пресс» 2004 год. Под редакцией И.И. Должникова. 2004 год.
5. Поурочные разработки по физкультуре М. «ВБІако» 2007 год. Под редакцией В.И. Коваленко
6. Гимнастика с методикой преподавания. Под редакцией И.Б. Павлова, В.М. Баршай, М. «Просвещение» 1985 год.

Интернет - ресурсы:

Образовательные сайты для учителей физической культуры http://methodsovet.su/dir/fiz_kultura/9

Сайт "Я иду на урок физкультуры"

Сайт «ФизкультУра» <http://www.fizkult-ura.ru/>

http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=22924&lib_no=32922&tmpl=lib сеть творческих учителей/сообщество учителей физ.культуры

<http://www.trainer.h1.ru/> - сайт учителя физ.культуры

<http://zdd.1september.ru/> - газета "Здоровье детей"

<http://spo.1september.ru/> - газета "Спорт в школе"

Календарно – тематическое планирование по физической культуре для учащихся 9 классов – 3 часа в неделю.

№ урока	Тема урока	Тип урока	Элементы содержания	Планируемые результаты	Коррекционная работа	Дата проведения		Материально-техническое обеспечение
						По плану	По факту	
Легкоатлетические упражнения (10ч.)								
1.	Инструктаж ПТБ по лёгкой атлетике. Игра «Пятнашки».	Вводный	Первичный инструктаж на рабочем месте по технике безопасности. Инструктаж ПТБ по л/а. Влияние легкоатлетических упражнений на укрепление здоровья. Игра «Пятнашки».	Знать требования инструкций. Устный опрос.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений на запоминание	03.09		Инструкции, карточки
2.	Равномерный медленный бег до 8 мин. СБУ до 30м.	Комплексный	ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения до 30 метров. Равномерный медленный бег до 8 мин. Развитие выносливости.	Уметь демонстрировать технику равномерного бега.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений на воспроизведение	05.09		Мел, свисток
3.	Бег 30м; 500м.	Комплексный	ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Бег 30 метров. Развитие скоростных способностей. Бег 500 метров.	Уметь выполнять технику бега на разные дистанции.	Развитие двигательной сферы	07.09		Мел, свисток
4.	Подвижная игра с элементами бега «Пустое место». Метание т. мяча на дальность	Комплексный	ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Подвижная игра с элементами бега «Пустое место» Игровые правила. Проведение игры. Развитие скоростных способностей. Метание т. мяча на дальность.	Знать правила подвижных игр и уметь в них играть. Уметь выполнять метание мяча на дальность.	Развитие навыков коммуникативного общения	10.09		Свисток, мячи
5.	Бег с высокого старта 20-30м.	Комплексный	ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Скоростной бег с высокого старта 20-30м. Развитие скоростных способностей.	Уметь демонстрировать бег с высокого старта.	Развитие зрительно-двигательной координации	12.09		Мел, свисток
6.	Бег с высокого старта 60м. Метание мяча на дальность.	Комплексный	ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Бег с высокого старта 60м. Метание мяча на дальность. Развитие скоростных способностей	Уметь демонстрировать финишное ускорение, метание мяча на дальность	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений в координации движений	14.09		Мел, свисток
7.	Кроссовый бег в равномерном медленном темпе до 8 мин.	Совершенство вание	ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Кроссовый бег в равномерном медленном темпе до 8 мин. Развитие выносливости.	Корректировка техники кроссового бега в равномерном темпе.	Развитие двигательной активности	17.09		Мел, свисток
8.	Прыжки. Многоскоки на одной; двух ногах. Круговая эстафета до 60м.	Комплексный	ОРУ. Специальные беговые упражнения. Прыжки. Многоскоки на одной; двух ногах. Развитие скоростно-силовых способностей. Круговая эстафета до 60 метров. Развитие скоростных способностей.	Уметь выполнять прыжки, многоскоки на одной; двух ногах.	Коррекция образной памяти на основе упражнений в установлении логической памяти	19.09		Свисток, мячи
9.	Подвижная игра с элементами бега. Прыжок в длину с/м	Комплексный	ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Подвижная игра с элементами бега. Прыжок в длину с места. Развитие скоростно-силовых способностей.	Знать правила подвижных игр и уметь в них играть; выполнять прыжок с места.	Развитие навыков коммуникативного общения	21.09		Свисток, мячи
10.	Соревнования круговая эстафета. Контрольный норматив бег на 100 м.	Комплексный	ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Соревнования круговая эстафета до 200м. Развитие скоростных способностей. Контрольный норматив бег м.	Уметь демонстрировать финишное ускорение.	Развитие элементов соревновательной деятельности	24.09		Свисток, мячи, кегли

Подвижные игры с элементами спортивных игр (17 ч.)								
11.	Инструктаж ПТБ во время занятий подвижными и спортивными играми. Игра «Пустое место».	Вводный	Инструктаж ПТБ во время занятий подвижными играми. Значение подвижных игр для здорового образа жизни. Комплекс общеразвивающих упражнений в движении. Игра «Пустое место». Игровые правила. Проведение игры.	Знать требования инструкций; правила подвижных игр и уметь в них играть.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений на запоминание	26.09		Инструкции, карточки
12.	Полоса препятствий. Контрольный норматив Прыжок в длину с разбега.	Комплексный	Комплекс общеразвивающих упражнений. Полоса препятствий. Контрольный норматив Прыжок в длину с разбега	Знать правила прохождения. Уметь выполнять прыжок в длину с разбега.	Развитие элементов соревновательной деятельности, силовой активности	28.09		Кегли, мячи, скакалки
13.	Подвижная игра «Удочка». Контрольный норматив Метание мяча на дальность.	Комплексный	Комплекс общеразвивающих упражнений в движении. Подвижная игра «Удочка». Игровые правила. Проведение игры. Метание мяча на дальность.	Знать правила подвижных игр и уметь в них играть. Уметь выполнять метание мяча на дальность.	Развитие ловкости, смелости, быстроты действий.	01.10		Гимнастическая скакалка
14.	Ведение мяча на месте и в движении.	Комплексный	Комплекс общеразвивающих упражнений с мячом на месте и в движении. Ведение мяча на месте и в движении. Подвижные игры.	Уметь выполнять ведение мяча на месте и в движении.	Развитие пространственно-временной ориентировки	03.10		Баскетбольные мячи
15.	Ведение мяча с изменением направления движения.	Комплексный	Комплекс общеразвивающих упражнений с мячом в движении. Ведение мяча с изменением направления движения. Подвижные игры.	Уметь выполнять ведение с изменением направления.	Развитие зрительных ощущений	05.10		Баскетбольные мячи
16.	Ловля и передача мяча на месте и в движении.	Комплексный	Комплекс общеразвивающих упражнений в движении. Специальные беговые упражнения. Ловля и передача мяча на месте и в движении.	Уметь демонстрировать ловлю и передачу мяча.	Развитие пространственной ориентировки	08.10		Баскетбольные мячи
17.	Эстафеты с элементами б/бола.	Комплексный	Комплекс общеразвивающих упражнений с мячом в движении. Специальные беговые упражнения. Эстафеты с элементами б/бола, перемещение, броски, передачи.	Уметь демонстрировать технику перемещения, броска, передачи мяча.	Развитие навыков коммуникативного общения	10.10		Баскетбольные мячи
18.	Передача мяча в парах; снизу; от плеча с отскоком. Эстафеты с мячом.	Комплексный	Комплекс общеразвивающих упражнений с мячом в движении. Специальные беговые упражнения. Передача мяча в парах; снизу; от плеча с отскоком. Эстафеты с мячом.	Уметь выполнять передачи мяча в парах; снизу; от плеча с отскоком.	Развитие мышления	12.10		Баскетбольные мячи
19.	Броски в кольцо двумя руками. Игра «Школа».	Комплексный	Комплекс общеразвивающих упражнений с мячом в движении. Специальные беговые упражнения. Броски в кольцо двумя руками Игра «Школа». Игровые правила. Проведение игры.	Уметь выполнять броски в кольцо двумя руками.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений на запоминание	15.10		Баскетбольные мячи
20.	Ловля и передача мяча на месте и в движении по кругу. Игра «Гонка мяча по кругу».	Комплексный	Комплекс общеразвивающих упражнений с мячом на месте и в движении. Специальные беговые упражнения. Ловля и передача мяча на месте и в движении по кругу. Игра «Гонка мяча по кругу». Игровые правила. Проведение игры.	Уметь демонстрировать технику ловли и передачи мяча на месте и в движении по кругу.	Развитие ловкости движений	17.10		Баскетбольные мячи
21.	Броски в кольцо одной рукой от плеча. Игра «Школа».	Комплексный	Комплекс общеразвивающих упражнений с мячом в движении. Специальные беговые упражнения. Броски в кольцо одной рукой от плеча. Игра «Школа». Игровые правила. Проведение игры.	Уметь выполнять броски в кольцо одной рукой от плеча.	Коррекция глазомера	19.10		Баскетбольные мячи

22.	Подвижная игра «пионербол» с одним мячом по правилам.	Совершенство вание	Комплекс общеразвивающих упражнений с мячом в движении. Специальные беговые упражнения. Подвижная игра «пионербол» с одним мячом по правилам. Игровые правила. Проведение игры.	Знать правила игры в пионербол с одним мячом.	Развитие навыков коммуникативного общения	22.10		Волейбольные мячи
23.	Верхняя передача мяча над собой.	Комплексный	Комплекс общеразвивающих упражнений с мячом в движении. Специальные беговые упражнения. Верхняя передача мяча над собой.	Уметь выполнять верхнюю передачу мяча над собой.	Развитие ловкости движений	24.10		Волейбольные мячи
24.	Нижняя передача мяча над собой.	Комплексный	Комплекс общеразвивающих упражнений с мячом в движении. Специальные беговые упражнения. Нижняя передача мяча над собой.	Уметь выполнять нижнюю передачу мяча над собой.	Коррекция процессов памяти	26.10		Волейбольные мячи
25.	Верхняя и нижняя передачи мяча над собой.	Совершенство вание	Комплекс общеразвивающих упражнений с мячом. Специальные беговые упражнения. Верхняя и нижняя передачи мяча над собой.	Корректировка верхней и нижней передачи мяча.	Коррекция внимания на основе упражнений на сравнение	29.10		Волейбольные мячи
26.	Нижняя прямая подача. Передача мяча в парах.	Комплексный	Общеразвивающие упражнения с мячом в движении. Специальные беговые упражнения. Нижняя прямая подача. Передача мяча в парах.	Уметь выполнять нижнюю прямую подачу.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений на запоминание	31.10		Волейбольные мячи
27.	Верхняя и нижняя передача мяча в парах; в кругу.	Комплексный	Общеразвивающие упражнения с мячом. Специальные беговые упражнения. Верхняя и нижняя передача мяча в парах; в кругу.	Уметь выполнять передачу мяча в парах; в кругу.	Развитие навыков коммуникативного общения	02.11		Волейбольные мячи
Гимнастика с элементами акробатики (21ч.)								
28.	Инструктаж ПТБ во время занятий гимнастикой. Строевые упражнения.	Вводный	Инструктаж ПТБ во время занятий гимнастикой. Значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки. Строевые упражнения. Построение в колонну, в круг, в шеренгу.	Знать требования инструкций. Устный опрос.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений на запоминание	12.11		Инструкции, карточки
29.	Строевые упражнения. Выполнение команд. Расчёт в строю.	Комплексный	Общеразвивающие упражнения с предметами на месте и в движении. Строевые упражнения. Выполнение команд «Становись», «Равняйся», «Смирно», «Вольно». Расчёт в строю.	Уметь демонстрировать выполнение команд; строевых упражнений.	Развитие точности восприятия на основе упражнений на запоминание	14.11		Мел, свисток
30.	СУ. Перестроение. Подвижная игра «Мы весёлые ребята».	Комплексный	Общеразвивающие упражнения с предметами на месте и в движении. Строевые упражнения. Перестроение из шеренги в три уступа, в колонну по 3-4 в движении. Подвижная игра «Мы весёлые ребята».	Уметь демонстрировать выполнение команд; строевых упражнений.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений на воспроизведение	16.11		Мел, свисток
31.	Кувырок вперёд; назад.	Комплексный	Общеразвивающие упражнения без предметов на месте и в движении. Кувырок вперёд; назад. Развитие координационных способностей.	Уметь выполнять кувырок вперёд; назад.	Развитие ловкости движений	19.11		Гимнастические маты
32.	Гимнастическая стойка на лопатках, «мост».	Комплексный	Общеразвивающие упражнения без предметов на месте и в движении. Гимнастическая стойка на лопатках, «мост». Развитие гибкости.	Уметь выполнять стойку на лопатках; «мост».	Развитие пространственной ориентировки	21.11		Гимнастические маты
33.	Лазанье по наклонной скамейке в упоре, подтягиваясь руками.	Комплексный	Общеразвивающие упражнения на гимнастических скамейках. Лазанье по наклонной скамейке в упоре стоя на коленях, в упоре лежа на животе, подтягиваясь руками. Развитие силовых способностей.	Уметь выполнять лазанье по наклонной скамейке в упоре.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений на воспроизведение	23.11		Гимнастическая скамейка

34.	Упражнения в равновесии. «Ласточка», выпад вперёд, руки прямые в стороны.	Комплексный	Общеразвивающие упражнения с предметами на месте и в движении. Акробатическая комбинация. Упражнения в равновесии. «Ласточка», выпад вперёд, руки прямые в стороны. Развитие гибкости.	Уметь выполнять упражнения в равновесии.	Развитие координации движений	26.11		Гимнастические маты
35.	Акр. комб.: упор присев, два кувырка вперёд, стойка на лопатках.	Комплексный	Общеразвивающие упражнения с предметами на месте и в движении. Акробатическая комбинация: упор присев, два кувырка вперёд, стойка на лопатках. Развитие координационных способностей.	Уметь демонстрировать акробатическую комбинацию.	Развитие пространственно-временной ориентировки	28.11		Гимнастические маты
36.	Акр. комб.: упор присев, два кувырка назад, стойка на голове и руках.	Комплексный	Общеразвивающие упражнения с предметами на месте и в движении. Акробатическая комбинация: упор присев, два кувырка назад, стойка на голове и руках. Развитие координационных способностей.	Уметь демонстрировать акробатическую комбинацию.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений на запоминание	30.11		Гимнастические маты
37.	Акр. комб.: упор лёжа, перекаат в сторону, «мост» из положения лёжа.	Комплексный	Общеразвивающие упражнения с предметами на месте и в движении. Акробатическая комбинация: упор лёжа, перекаат в сторону, «мост» из положения лёжа. Развитие координационных способностей.	Уметь демонстрировать акробатическую комбинацию.	Развитие пространственной ориентировки	03.12		Гимнастические маты
38.	Лазанье по канату в 2-3 приёма. Игра «Рыбаки и рыбки».	Комплексный	Общеразвивающие упражнения с предметами на месте и в движении. Лазанье по канату в 2-3 приёма. Развитие силовых способностей. Игра «Рыбаки и рыбки». Игровые правила. Проведение игры.	Уметь выполнять лазание по канату в 2-3 приёма.	Развитие пространственной ориентировки	05.12		Канат
39.	Лазанье по наклонной скамейке в упоре, подтягиваясь руками.	Совершенство вание	Общеразвивающие упражнения на гимнастических скамейках. Лазанье по наклонной скамейке в упоре стоя на коленях, в упоре лежа на животе, подтягиваясь руками. Развитие силовых способностей.	Корректировка техники лазания по наклонной скамейке в упоре.	Коррекция двигательной активности	07.12		Гимнастическая скамейка
40.	Упражнения в равновесии на гимнастическом бревне. Опорный прыжок.	Комплексный	Общеразвивающие упражнения со скакалкой на месте и в движении. Специальные беговые упражнения. Упражнения в равновесии на гимнастическом бревне (д). Опорный прыжок (м).	Уметь выполнять упражнения в равновесии; опорный прыжок.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений на воспроизведение	10.12		Гимнастическое бревно
41.	Упражнения в равновесии. Опорный прыжок.	Совершенство вание	Общеразвивающие упражнения со скакалкой на месте и в движении. Специальные беговые упражнения. Упражнения в равновесии. Опорный прыжок (м).	Корректировка выполнения упражнения в равновесии; опорный прыжок.	Развитие пространственно-временной ориентировки	12.12		Гимнастическое бревно
42.	Комбинация на гимнастическом бревне: ходьба, повороты.	Комплексный	ОРУ на гимнастических скамейках. Ходьба широкими шагами, повороты на носках 180°; прыжком 90°; приседание; упор стоя на колене; сед; ходьба широкими шагами; соскок.	Уметь выполнять комбинацию на гимнастическом бревне.	Развитие координации движений	14.12		Гимнастическое бревно
43.	Упражнения на перекладине. Прыжки на скакалке.	Комплексный	Общеразвивающие упражнения. Упражнения на перекладине (м). Прыжки на скакалке (д).	Уметь прыгать на скакалке; упражнения на брусках.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений на воспроизведение	17.12		Перекладина , скакалка
44.	Упражнения на брусках. Прыжки на скакалке.	Комплексный	Общеразвивающие упражнения. Упражнения на брусках: сед ноги врозь, соскок махом назад; вперёд (м). Прыжки на скакалке (д).	Уметь прыгать на скакалке; упражнения на брусках.	Развитие осанки	19.12		Перекладина , скакалка

45.	Упражнения на пресс.	Комплексный	Общеразвивающие упражнения в движении. Упражнения на пресс (д). Развитие силовых способностей.	Уметь упражнения на пресс; комбинации на брусьях.	Развитие силовых качеств	21.12		Гимнастические маты
46.	Опорный прыжок. Прыжки на скакалке.	Комплексный	Общеразвивающие упражнения в движении. Опорный прыжок (д). Прыжки на скакалке (м). Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь прыгать на скакалке; выполнять опорный прыжок.	Развитие силовых умений	24.12		Гимнастические маты, скакалка
47.	Подтягивание из виса; из виса лёжа. Лазанье по канату в 2-3 приёма.	Комплексный	Общеразвивающие упражнения на месте и в движении. Специальные беговые упражнения. Подтягивание из виса (м); из виса лёжа (д). Лазанье по канату в 2-3 приёма. Развитие силовых способностей.	Уметь демонстрировать технику подтягивания из виса; из виса лёжа.	Развитие внимания на основе упражнений на запоминание	26.12		Перекладина, канат
48.	Лазанье по канату в 2-3 приёма. Подтягивание из виса; из виса лёжа	Совершенство вание	Общеразвивающие упражнения на месте и в движении. Специальные беговые упражнения. Лазанье по канату в 2-3 приёма. Подтягивание из виса (м); из виса лёжа (д). Развитие силовых способностей.	Корректировка техники лазания по канату в 2-3 приёма.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений на воспроизведение	14.01		Перекладина, канат
Спортивные игры. Волейбол (12 ч.)								
49.	Инструктаж ПТБ. Стойки и передвижения игрока. Взаимодействие между игроками.	Вводный	Инструктаж ПТБ по волейболу. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Взаимодействие между игроками. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений. Эстафеты, игровые упражнения.	Знать требования инструкций. Уметь демонстрировать технику взаимодействия игроков.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений на запоминание	16.01		Инструкции, карточки
50.	Передача мяча над собой во встречных колоннах через сетку. Блокирование.	Комплексный	Общеразвивающие упражнения с мячом на месте и в движении. Специальные беговые упражнения. Передача мяча над собой во встречных колоннах через сетку. Блокирование.	Уметь выполнять технику передачи мяча над собой через сетку; блокирование.	Развитие пространственной ориентировки	18.01		Волейбольные мячи
51.	Нижняя прямая подача, прием подачи. Передача мяча над собой.	Комплексный	Общеразвивающие упражнения на месте. Специальные беговые упражнения. Нижняя прямая подача, прием подачи. Передача мяча над собой. Выполнение заданий с использованием подвижных игр.	Уметь демонстрировать технику нижней прямой подачи, приема и передачи.	Коррекция быстроты действий	21.01		Волейбольные мячи
52.	Нижняя прямая подача, прием подачи. Игра по упрощенным правилам.	Комплексный	Общеразвивающие упражнения с мячом на месте и в движении. Специальные беговые упражнения. Нижняя прямая подача, прием подачи. Учебная игра. Игра по упрощенным правилам.	Уметь демонстрировать технику нижней прямой подачи; прием подачи.	Развитие памяти на основе упражнений на воспроизведение	23.01		Волейбольные мячи
53.	Верхняя передача мяча. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером.	Комплексный	Общеразвивающие упражнения с мячом на месте и в движении. Специальные беговые упражнения. Верхняя передача мяча. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Выполнение заданий с использованием подвижных игр.	Уметь демонстрировать технику верхней передачи мяча; прямого нападающего удара после подбрасывания.	Коррекция двигательной активности	25.01		Волейбольные мячи
54.	Передача мяча над собой во встречн. колоннах. Верхняя передача мяча в парах через сетку.	Комплексный	Общеразвивающие упражнения с мячом на месте и в движении. Специальные беговые упражнения. Передача мяча над собой во встречных колоннах. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений. Верхняя передача мяча в парах.	Уметь выполнять технику передачи мяча над собой; верхней передачи мяча в парах через сетку.	Коррекция памяти на основе упражнений на воспроизведение	28.01		Волейбольные мячи

55.	Отбивание мяча кулаком через сетку. Нижняя прямая подача, прием подачи.	Комплексный	Общеразвивающие упражнения с мячом на месте и в движении. Специальные беговые упражнения. Отбивание мяча кулаком через сетку. Нижняя прямая подача, прием подачи. Выполнение заданий с использованием подвижных игр.	Уметь выполнять технику отбивания мяча кулаком через сетку; нижней прямой подачи; прием подачи.	Развитие навыков коммуникативного общения	30.01		Волейбольные мячи
56.	Комбинации из разученных перемещений. Игра по упрощенным правилам.	Комплексный	Общеразвивающие упражнения в движении. Специальные беговые упражнения. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений. Учебная игра. Игра по упрощенным правилам.	Уметь демонстрировать комбинации из разученных перемещений.	Коррекция памяти на основе упражнений на воспроизведение	01.02		Кегли, мячи
57.	Передача мяча над собой во встречных колоннах. Неожиданные передачи мяча через сетку.	Комплексный	Общеразвивающие упражнения с мячом на месте и в движении. Специальные беговые упражнения. Передача мяча над собой во встречных колоннах. Неожиданные передачи мяча через сетку. Выполнение заданий с использованием подвижных игр.	Уметь выполнять технику передачи мяча над собой; неожиданные передачи мяча через сетку.	Развитие координации движений	04.02		Волейбольные мячи
58.	Нижняя прямая подача, прием подачи. Нападающий удар после передачи. Учебная игра.	Комплексный	Общеразвивающие упражнения с мячом на месте и в движении. Специальные беговые упражнения. Нижняя прямая подача, прием подачи. Нападающий удар после передачи. Учебная игра. Игра по упрощенным правилам.	Уметь демонстрировать технику нижней прямой подачи; прием подачи; нападающего удара.	Развитие навыков коммуникативного общения	06.02		Волейбольные мячи
59.	Передача мяча в тройках после перемещения. Тактика свободного нападения.	Комплексный	Общеразвивающие упражнения с мячом на месте и в движении. Специальные беговые упражнения. Передача мяча в тройках после перемещения. Тактика свободного нападения. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений.	Уметь демонстрировать технику передачи мяча в тройках после перемещения; тактику перемещения.	Коррекция памяти на основе упражнений в различии	08.02		Волейбольные мячи
60.	Нападающий удар в тройках через сетку. Учебная игра.	Комплексный	Общеразвивающие упражнения с мячом на месте и в движении. Нападающий удар в тройках через сетку. Эстафеты. Учебная игра. Игра по упрощенным правилам.	Уметь демонстрировать технику нападающего удара в тройках через сетку.	Развитие быстроты реакций на основе упражнений с мячом	11.02		Волейбольные мячи
Баскетбол (10 ч.)								
61.	Инструктаж ПТБ. Сочетание приёмов передвижений и остановок игрока. Ведение мяча с пассивным сопротивлением	Вводный	Инструктаж ПТБ по баскетболу. общеразвивающие упражнения с мячом на месте и в движении. Специальные беговые упражнения. Сочетание приёмов передвижений и остановок игрока. Ведение мяча с пассивным сопротивлением; с сопротивлением на месте. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений.	Знать требования инструкций. Уметь демонстрировать сочетание приёмов передвижений и остановок игрока.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений на запоминание	13.02		Инструкции, карточки
62.	Бросок двумя руками от головы с места. Передачи мяча двумя руками от груди. Личная защита.	Комплексный	Общеразвивающие упражнения с мячом на месте и в движении. Специальные беговые упражнения. Бросок двумя руками от головы с места. Передачи мяча двумя руками от груди на месте. Личная защита. Выполнение заданий с использованием подвижных игр.	Уметь выполнять бросок двумя руками от головы с места; передачи мяча двумя руками от груди на месте.	Коррекция памяти на основе упражнений на воспроизведение	15.02		Баскетбольные мячи
63.	Ведение мяча с	Комплексный	Общеразвивающие упражнения с мячом на месте и в	Уметь демонстрировать	Коррекция внимания на	18.02		Баскетбольные

	сопротивлением на месте. Бросок двумя руками от головы с места с сопротивлением.		движении. Специальные беговые упражнения. Ведение мяча с сопротивлением на месте. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений. Бросок двумя руками от головы с места с сопротивлением. Выполнение заданий с использованием подвижных игр.	технику ведения мяча с сопротивлением на месте; бросок двумя руками от головы с места.	основе упражнений на запоминание			мячи
64.	Передачи мяча одной рукой от плеча. Ведение мяча с сопротивлением.	Комплексный	Общеразвивающие упражнения с мячом в движении. Специальные беговые упражнения. Передачи мяча одной рукой от плеча на месте; в движении; в тройках. Ведение мяча с сопротивлением.	Уметь демонстрировать технику передачи мяча одной рукой от плеча.	Развитие двигательных навыков	20.02		Баскетбольные мячи
65.	Сочетание приёмов передвижение и остановок игрока. Бросок одной рукой от плеча с места.	Комплексный	Общеразвивающие упражнения с мячом на месте и в движении. Специальные беговые упражнения. Сочетание приёмов передвижение и остановок игрока. Бросок одной рукой от плеча с места. Выполнение заданий с использованием подвижных игр.	Уметь демонстрировать технику броска одной рукой от плеча с места.	Развитие ловкости движения	22.02		Баскетбольные мячи
66.	Передачи мяча двумя руками от груди в движении парами с сопротивлением. Личная защита. Заслон.	Комплексный	Общеразвивающие упражнения с мячом на месте и в движении. Специальные беговые упражнения. Передачи мяча двумя руками от груди в движении парами с сопротивлением. Выполнение заданий с использованием подвижных игр. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений. Личная защита. Заслон.	Уметь демонстрировать технику передачи мяча двумя руками от груди в движении парами с сопротивлением; заслон.	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений в координации движений	25.02		Баскетбольные мячи
67.	Сочетание приёмов ведения, передачи, броска. Штрафной бросок. Учебная игра.	Комплексный	Общеразвивающие упражнения с мячом на месте и в движении. Специальные беговые упражнения. Сочетание приёмов ведения, передачи, броска. Выполнение заданий с использованием подвижных игр. Штрафной бросок. Учебная игра. Игра по упрощённым правилам.	Уметь демонстрировать сочетание приёмов ведения, передачи, броска мяча; штрафной бросок.	Коррекция эмоционально-волевой сферы	27.02		Баскетбольные мячи
68.	Быстрый прорыв. Бросок одной рукой от плеча в движении с сопротивлением.	Комплексный	Общеразвивающие упражнения с мячом на месте и в движении. Быстрый прорыв. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке с изменением направления движения и скорости. Бросок одной рукой от плеча в движении с сопротивлением.	Уметь демонстрировать технику быстрого прорыва; бросок одной рукой от плеча в движении.	Коррекция и развитие точности движений	01.03		Баскетбольные мячи
69.	Штрафной бросок. Сочетание приёмов ведения, передачи, броска с сопротивлением.	Комплексный	Общеразвивающие упражнения с мячом на месте и в движении. Специальные беговые упражнения. Штрафной бросок. Сочетание приёмов ведения, передачи, броска с сопротивлением. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений.	Уметь выполнять штрафной бросок; демонстрировать сочетание приёмов ведения, передачи, броска мяча.	Развитие ритмичности движений	04.03		Баскетбольные мячи
70.	Передача мяча в движении; повороты.	Комплексный	Общеразвивающие упражнения с мячом на месте и в движении. Специальные беговые упражнения. Передача мяча в движении; повороты. Учебная игра.	Уметь демонстрировать технику передачи мяча в движении; повороты.	Развитие навыков коммуникативного общения	06.03		Баскетбольные мячи
Мини-футбол (8 ч.)								
71.	Инструктаж ПТБ. Передача низом на месте и в движении.	Вводный	Инструктаж ПТБ по мини-футболу. общеразвивающие упражнения на месте и в движении. Специальные беговые упражнения. Передача низом на месте и в движении.	Знать требования инструкций. Выполнять технику передачи мяча.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений на запоминание	08.03		Инструкции, карточки
72.	Ведение, обводка,	Комплексный	Общеразвивающие упражнения с футбольным мячом	Уметь демонстрировать	Развитие пространственно-	11.03		Футбольные

	удары внутренней частью подъема.		в движении. Специальные беговые упражнения. Ведение, обводка, удары внутренней частью подъема.	технику ведения, обводки и удара по мячу.	временной ориентировки			мячи
73.	Короткая и средняя передача, остановка, жонглирование.	Комплексный	Общеразвивающие упражнения с футбольным мячом в движении. Специальные беговые упражнения. Короткая и средняя передача, остановка, жонглирование.	Уметь демонстрировать технику передачи, остановки, жонглирования.	Развитие двигательной активности	13.03		Футбольные мячи
74.	Стандартные положения. Учебная игра.	Комплексный	ОРУ. Специальные беговые упражнения. Стандартные положения. Учебная игра. Игра по упрощенным правилам.	Уметь демонстрировать стандартные положения.	Развитие зрительных ощущений	15.03		Футбольные мячи
75.	Встречная передача, передача дугой.	Комплексный	Общеразвивающие упражнения с футбольным мячом. Специальные беговые упражнения. Встречная передача, передача дугой.	Уметь демонстрировать технику передачи мяча.	Развитие понятийного мышления	18.03		Футбольные мячи
76.	Ведение, обводка, удары по воротам.	Комплексный	Общеразвивающие упражнения с футбольным мячом. Специальные беговые упражнения. Ведение, обводка, удары по воротам.	Уметь демонстрировать ведение, обводку, удары.	Развитие умения выполнять словесные поручения	20.03		Футбольные мячи
77.	Передача в два касания на месте и в движении.	Комплексный	Общеразвивающие упражнения с футбольным мячом. Специальные беговые упражнения. Передача в два касания на месте и в движении.	Уметь демонстрировать технику передачи мяча.	Коррекция зрительного восприятия	22.03		Футбольные мячи
78.	Учебная игра.	Комплексный	ОРУ. Специальные беговые упражнения. Учебная игра.	Знать правила игры.	Развитие навыков коммуникативного общения	01.04		Футбольные мячи
Подвижные игры с элементами спортивных игр (13 ч.)								
79.	Повторный инструктаж ПТБ во время занятий играми. Игра «Волк во рву».	Вводный	Повторный инструктаж ПТБ во время занятий подвижными играми. Значение подвижных игр для здорового образа жизни. Комплекс общеразвивающих упражнений в движении. Игра «Волк во рву». Игровые правила. Проведение игры.	Знать требования инструкций; правила подвижных игр и уметь в них играть.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений на запоминание	03.04		Инструкции, карточки
80.	Подвижная игра «Передал мяч садись», «Метко в цель».	Комплексный	Комплекс общеразвивающих упражнений в движении. Специальные беговые упражнения. Подвижная игра «Передал мяч садись», «Метко в цель». Игровые правила. Проведение игры.	Знать правила подвижных игр и уметь в них играть.	Развитие навыков коммуникативного общения	05.04		Мячи
81.	Подвижная игра «Удочка», «Волк во рву».	Совершенство вание	Комплекс общеразвивающих упражнений в движении. Подвижная игра «Удочка», «Волк во рву». Игровые правила. Проведение игры.	Знать правила подвижных игр и уметь в них играть.	Развитие зрительно-производительной памяти	08.04		Скакалка
82.	Ведение мяча на месте и в движении; с изменением направления движения.	Совершенство вание	Комплекс общеразвивающих упражнений с мячом на месте и в движении. Ведение мяча на месте и в движении; с изменением направления движения. Подвижные игры.	Корректировка техники ведения мяча с изменением направления движения.	Развитие умения ориентироваться в пространстве	10.04		Мячи
83.	Ловля и передача мяча на месте и в движении.	Совершенство вание	Комплекс общеразвивающих упражнений в движении. Специальные беговые упражнения. Ловля и передача мяча на месте и в движении.	Корректировка техники ловли и передачи мяча.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений на запоминание	12.04		Волейбольные мячи
84.	Эстафеты с элементами б/бола, перемещение, броски, передачи.	Совершенство вание	Комплекс общеразвивающих упражнений с мячом в движении. Специальные беговые упражнения. Эстафеты с элементами б/бола, перемещение, броски, передачи.	Корректировка техники перемещения, броска, передачи мяча.	Развитие элементов соревновательной деятельности	15.04		Баскетбольные мячи
85.	Броски в кольцо	Совершенство	Комплекс общеразвивающих упражнений с мячом.	Корректировка броска в	Развитие пространственно-	17.04		Баскетбольные

	двумя руками. Игра «Школа».	вание	Броски в кольцо двумя руками. Игра «Школа». Игровые правила. Проведение игры.	кольцо двумя руками.	временной ориентировки			мячи
86.	Подвижная игра «пионербол» одним мячом по упрощённым правилам.	Комплексный	Комплекс общеразвивающих упражнений с мячом в движении. Подвижная игра «пионербол» одним мячом по упрощённым правилам. Игровые правила. Проведение игры.	Знать правила игры в пионербол одним мячом по упрощённым правилам.	Развитие навыков коммуникативного общения	19.04		Волейбольные мячи
87.	Верхняя и нижняя передачи мяча над собой.	Совершенство вание	Комплекс общеразвивающих упражнений с мячом. Специальные беговые упражнения. Верхняя и нижняя передачи мяча над собой.	Корректировка техники передачи мяча над собой.	Развитие пространственных ощущений	22.04		Волейбольные мячи
88.	Верхняя и нижняя передача в кругу.	Совершенство вание	Комплекс общеразвивающих упражнений с мячом. Специальные беговые упражнения. Верхняя и нижняя передачи мяча в кругу.	Корректировка техники передачи мяча в кругу.	Развитие двигательной сферы	24.04		Волейбольные мячи
89.	Нижняя прямая подача. Передача мяча в парах.	Совершенство вание	Общеразвивающие упражнения с мячом в движении. Специальные беговые упражнения. Нижняя прямая подача. Передача мяча в парах.	Корректировка техники нижней прямой подачи.	Развитие пространственно-временной ориентировки	26.04		Волейбольные мячи
90.	Верхняя и нижняя передача мяча в парах; в кругу.	Совершенство вание	Общеразвивающие упражнения с мячом. Специальные беговые упражнения. Верхняя и нижняя передача мяча в парах; в кругу.	Корректировка техники передачи в парах; в кругу.	Коррекция вестибулярной устойчивости	29.04		Волейбольные мячи
91.	Подвижная игра «пионербол» двумя мячами по упрощённым правилам.	Комплексный	Комплекс общеразвивающих упражнений с мячом в движении. Подвижная игра «пионербол» двумя мячами по упрощённым правилам. Игровые правила. Проведение игры.	Знать правила игры в пионербол двумя мячами по упрощённым правилам.	Развитие навыков коммуникативного общения	01.05		Волейбольные мячи
Легкоатлетические упражнения (11ч.)								
92.	Повторный инструктаж ПТБ по лёгкой атлетике. Равномерный медленный бег до 8 мин.	Вводный	Повторный инструктаж ПТБ по лёгкой атлетике. Влияние л/а упражнений на укрепление здоровья и основные системы организма. Специальные беговые упражнения до 30 метров. Бег в медленном темпе до 8 мин. Развитие выносливости.	Знать требования инструкций; уметь демонстрировать технику бега в равномерном темпе.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений на запоминание	03.05		Инструкции, карточки
93.	Прыжки. Многоскоки на одной; двух ногах. Круговая эстафета до 60м.	Совершенство вание	ОРУ. Специальные беговые упражнения. Прыжки. Многоскоки на одной; двух ногах. Развитие скоростно-силовых способностей. Круговая эстафета до 60 метров. Развитие скоростных способностей.	Корректировка техники прыжка, многоскоки на одной; двух ногах.	Коррекция образной памяти на основе упражнений в установлении логических связей	06.05		Мячи, скакалки
94.	Бег 20-30м. Бег с высокого старта 60м.	Совершенство вание	ОРУ. Специальные беговые упражнения. Бег 20-30м. Скоростной бег с высокого старта 60м. Развитие скоростных способностей.	Корректировка техники финишного ускорения.	Развитие выносливости	08.05		Свисток, секундомер
95.	Кроссовый бег в равномерном медленном темпе до 1 км. Контрольный норматив.	Комплексный	Общеразвивающие упражнения на месте и в движении. Специальные беговые упражнения. Кроссовый бег в равномерном медленном темпе до 1 км. Развитие выносливости. Контрольный норматив Бег 100м.	Уметь демонстрировать технику кроссового бега в равномерном темпе.	Развитие двигательной сферы	10.05		Свисток, секундомер
96.	Метание	Комплексный	ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые	Уметь выполнять метание	Развитие пространственных			Теннисные мячи

	теннисного мяча с/м. Игра «Пустое место.		упражнения. Метание теннисного мяча с места. Игра «Пустое место.	теннисного мяча с места.	представлений	13.05		
97.	Метание теннисного мяча с/м; с 3-5 шагов разбега. Контрольный норматив.	Комплексный	ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Метание теннисного мяча с места; с 3-5 шагов разбега. Контрольный норматив.	Уметь выполнять метание теннисного мяча с разбега.	Коррекция памяти на основе упражнений в запоминании	15.05		Теннисные мячи, рулетка
98.	Соревнования круговая эстафета до 200м.	Совершенство вание	ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Соревнования круговая эстафета до 200м. Развитие скоростных способностей.	Корректировка техники финишного ускорения.	Развитие навыков соревновательной деятельности	17.05		Мячи
99.	Прыжок в длину с/м. Подвижные игры с элементами бега.	Совершенство вание	ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Прыжок в длину с места. Развитие скоростно-силовых способностей. Подвижные игры с элементами бега.	Корректировка техники прыжка с места; знать правила подвижных игр.	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении	20.05		Свисток, рулетка
100.	Подвижные игры «Пятнашки», «Мы весёлые ребята».	Комплексный	ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Подвижные игры с элементами бега «Пятнашки», «Мы весёлые ребята». Игровые правила. Проведение игры. Развитие скоростных способностей.	Знать правила подвижных игр и уметь в них играть.	Развитие двигательных способностей	21.05		Мячи
101.	Челночный бег (3x10). Бег 100. Контрольный норматив. Прыжок в длину с разбега.	Комплексный	ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Челночный бег (3x10). Бег 100 метров. Развитие выносливости. Контрольный норматив. Прыжок в длину с разбега.	Уметь выполнять технику бега на разные дистанции, прыжок в длину с разбега	Коррекция внимания на основе упражнений на сравнение и узнавание	22.05		Кегли, мячи
102.	Эстафеты «Весёлые старты» с элементами л/а.	Комплексный	ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Эстафеты «Весёлые старты» с элементами лёгкой атлетики. Задание на лето.	Знать правила эстафет и уметь их проходить.	Коррекция эмоционально-волевой сферы	24.05		Кегли, мячи

Итого -102 часов. Контрольный норматив - 6 часов.

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания
методического объединения
учителей _____

(предмет, курс)

от _____ № _____

(подпись руководителя МО, ф.и.о)

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УР
_____ Кулакова А.В.

_____ (дата)

