

Государственное общеобразовательное учреждение
«Черновская специальная (коррекционная) школа – интернат»



Утверждено Педагогическим Советом

Протокол № 1 от 31.08.2023 г.

Директор  Е.А. Перфильева

**Рабочая образовательная программа
по предмету «Физическая культура»
для обучающихся 1 класса
(АООП УО (ИН) вариант 1)
на 2023 – 2024 учебный год**

Ответственный за реализацию программы:
Учитель: Виттих М.А.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ 1 КЛАССА НА 2023 /2024 УЧЕБНЫЙ ГОД

Нормативно-правовая базы и документы:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";
- Федеральный закон Российской Федерации от 24 сентября 2022 г. № 371-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации"» и статью 1 Федерального закона «Об обязательных требованиях в Российской Федерации»;
- Указ Президента РФ от 09 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно – нравственных ценностей»;
- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления обучающихся и молодежи» (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28);
- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания " (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 22.03.2021г. № 115 "Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования";
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) №1599 от 19.12.2014г.;(для обучающихся с УО);
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья №1598 от 19.12.2014г.;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 24 ноября 2022г. № 1026 «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 24 ноября 2022г. № 1023 «Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья;
- Адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) ГОУ «Черновская специальная (коррекционная) школа - интернат». (для варианта 1 и 2) с 1 по 9 класс;

Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида

для подготовительного, 1 классов, (допущенной Министерством образования и науки Российской Федерации)

под редакцией В.В. Воронковой, авторы В.М. Белов, В.С. Кувшинов, В.М. Мозговой, Москва, «Просвещение», 2010г.

Настоящая Программа составлена на основе Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида Подготовительный класс 1-4 классы, (допущенной Министерством образования и науки Российской Федерации) под редакцией В.В. Воронковой, авторы В.М. Белов, В.С. Кувшинов, В.М. Мозговой, Москва, «Просвещение», 2010г.

Программа детализирует и раскрывает содержание стандарта, определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития, обучающихся средствами учебного предмета в соответствии с целями изучения предмета «Физическая культура», который определен стандартом.

Структурно и содержательно программа для 1 класса рассчитана на 102 часов в год, по 3 часа в неделю.

Адресат: Рабочая учебная программа предназначена для обучающихся 1 класса специальной (коррекционной) общеобразовательной школы VIII вида.

Срок реализации настоящей программы по предмету «Физическая культура» - 1 учебный год.

Соответствие Государственному образовательному стандарту: рабочая программа по предмету «Физическая культура» детализирует и раскрывает содержание ФГОС начального общего образования в образовательной области «Физическая культура», проекта ФГОС для ОВЗ в образовательной области «Физическая культура», определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития обучающихся средствами учебного предмета, в соответствии с целями изучения предмета «Физическая культура».

Цели: сообщать знания по физической культуре, формировать двигательные навыки и умения, содействовать коррекции недостатков физического развития и моторики обучающихся, а также их воспитанию.

Задачи предмета:

- преодолевать нарушения физического развития и моторики, пространственной организации движений;**
- укреплять и развивать сердечнососудистую и дыхательную системы, опорно-двигательный аппарата;**
- содействовать формированию у обучающихся правильной осанки;**
- готовить обучающихся к выполнению легкоатлетических и гимнастических упражнений и играм;**
- учить основным видам двигательных действий и выполнению их в различных по сложности условиях, развивать необходимые для этого двигательные качества;**
- воспитывать нравственные качества, волю, дисциплинированность, организованность и самостоятельность;**

Реализация этих задач осуществляется на основе оздоровительной и коррекционно-воспитательной направленности каждого урока.

Основополагающие принципы.

- учет индивидуальных особенностей каждого ученика (морфофункциональное развитие, состояние сохранных функций, медицинские противопоказания, состояние двигательных функций и координационных способностей, уровень физической подготовленности, способность к обучению движениям, отношение к занятиям физическими упражнениями: интересы, мотивы);
- адекватность средств, методов и методических приемов обучения двигательным действиям, развитие физических качеств, коррекция психомоторных нарушений и физической подготовки, оптимизация нагрузки, сообщение новых знаний;
- эмоциональность занятий (музыка, игровые методы, нетрадиционное оборудование и пр.);
- создание условий для реального выполнения заданий, оказание помощи, обеспечение безопасности;
- поощрение, одобрение, похвала за малейшие успехи;
- контроль за динамикой результатов учебно-познавательного процесса и функциональным состоянием занимающихся.

К психологическим принципам относятся:

- создание комфортного психологического климата на уроках (позитивный настрой, положительная мотивация, поддержание эмоций и ощущений радости, бодрости, оптимизма, комфорта), влияющего на проявление и развитие своего «Я»;
- сплоченность группы (постановка общей цели, объединение общими интересами, взаимопомощь, взаимопонимание, симпатия, эмпатия, ролевые функции);
- стиль общения (равный статус, доброжелательность, доверие, авторитет и личный пример учителя, его открытость, выраженное внимание к каждому ученику);
- примирительные акты в случае конфликтов (исключение ощущений дискомфорта, неуверенности, агрессии, враждебности, гнева, которые могут наступить вследствие неустойчивого психического самочувствия, перенапряжения, боли, неудачи, вербальных или невербальных разногласий, эмоционального неудовлетворения, отсутствия внимания и др.), концентрация внимания обучающихся на положительном, позитивном, переориентировка внимания на саморегуляцию, самоконтроль, установление равновесия между внешними влияниями, внутренним состоянием и формами поведения.

Педагогические приемы, направленные на развитие интеллектуальной деятельности: название движений, запоминание комбинаций движений по темпу, объему, усилию, плавности. На уроках широко применяются упражнения, которые требуют четкой дозировки силовых, временных и пространственных компонентов движений. При планировании занятий учитываются возможности проведения их на свежем воздухе.

На всех уроках предпринимаются меры для предупреждения несчастных случаев, проводится инструктаж по Технике безопасности.

Чтобы обучающиеся усвоили алгоритм выполнения упражнений и инструкции педагога, требуется многократное повторение, сочетающееся с правильным показом. Упражнения, подвижные игры, игры с элементами спорта подбираются таким образом, чтобы они состояли из простых элементарных движений. Характерной особенностью обучающихся с умственной отсталостью является инертность нервных процессов, их стереотипность и обусловленные этим трудности переключения с одного действия на другое. Попадая в непривычную для них обстановку, обучающиеся не могут воспроизвести даже хорошо знакомые физические упражнения. Поэтому при планировании уроков необходимо предусмотреть разучивание одних и тех же упражнений в различных условиях.

Поскольку обучающиеся этой категории с большим трудом воспринимают словесную инструкцию, даже в сочетании с показом, для усвоения ими упражнений требуется систематическая помощь педагога.

Обучение предмету «Физическая культура» тесно связано с решением задач нравственного, умственного, речевого, трудового, эстетического и физического воспитания обучающихся.

Одним из ведущих требований к проведению уроков физической культуры в начальных классах является широкое использование дифференцированного и индивидуального подхода к обучающимся.

Обучающиеся, отнесенные по состоянию здоровья к подготовительной медицинской группе, от общих занятий не освобождаются, а занимаются на уроке со всеми. К ним применяется индивидуальный подход.

Все уроки по физической культуре должны проводиться в спортивных залах, приспособленных помещениях, на свежем воздухе при соблюдении санитарно-гигиенических требований.

2. Особенности организации учебной деятельности обучающихся по предмету «Физическая культура» в 1 классе.

Организационная структура: основной формой работы по физической культуре является урок.

Принципы планирования урока физической культуры:

- постепенное повышение нагрузки и переход к успокоительным упражнениям в конце урока;
- чередование различных видов упражнений;
- подбор упражнений, соответствующих возрасту и развитию обучающихся.

Методы:

Метод имитации.

Методы стимулирования интереса к учёбе.

Методы поощрения и порицания.

Методы контроля и самоконтроля.

Методы, используемые для приобретения новых знаний, их закрепления и выработки умений и навыков.

Используются ТСО: музыкальные композиции (ПК, магнитофон).

Типы уроков:

- актуализация знаний и умений урок объяснения нового материала (урок первоначального изучения материала);
- комплексное применение знаний и умений урок закрепления знаний, умений, навыков;
- выработка практических умений;
- обобщение и систематизация знаний и умений;
- контроль и коррекция знаний и умений;
- урок обобщения и систематизации знаний (повторительно-обобщающий урок);
- комбинированный урок;
- игровой;
- нестандартные уроки (урок-путешествие, урок-соревнования и др.)

Содержание программы.

Урок физической культуры включает следующие разделы.

I. Теоретические основы знаний:

Правила поведения в спортивном зале, на спортивной площадке; значение спортивной формы и подготовка к уроку; правила личной гигиены; название спортивных снарядов и гимнастических элементов, понятие о правильной осанке, ходьбе, беге, метании, прыжках; значение утренней зарядки; правила безопасности при занятиях физическими упражнениями.

II. Практическое овладение двигательными умениями и навыками.

Программный материал по физической культуре состоит из следующих разделов: легкая атлетика, гимнастика, акробатика (элементы), общая физическая подготовка, подвижные игры.

В каждый раздел программы включены коррекционные игры, которые подбираются так, чтобы они могли способствовать усвоению учебного материала, содействовали развитию нравственных качеств, а также служили средством коррекции различных моторных нарушений.

Объем каждого раздела программы рассчитан на то, чтобы за отведенное количество часов обучающиеся могли овладеть основой двигательных навыков и умений.

Распределение материала носит условный характер. В зависимости от конкретных региональных и климатических условий учителям разрешается изменить сетку часов и выделенный объем времени на прохождение различных разделов программы.

Актуализация знаний и умений

Двигательный режим летом

4. Планируемые результаты освоения обучающимися предмета «Физическая культура» в 1 классе.

Обучающиеся к концу 1 класса должны знать и уметь:

- знать правила поведения в спортивном зале, на спортивной площадке;
- знать понятие о правильной осанке, ходьбе, беге, метании, прыжках;

- выполнять построение в колонну по одному, равнение в затылок;
- выполнять построение в одну шеренгу, равнение по разметке;
- выполнять перестроение из одной шеренги в круг, взявшись за руки;
- выполнять размыкание на вытянутые руки в шеренге, в колонне;
- выполнять повороты по ориентирам;
- выполнять команды: «Встать!», «Сесть!», «Пошли!», «Побежали!», «Остановились!»;
- выполнять комплексы общеразвивающих и корригирующих упражнений с предметами и без предметов;
- выполнять группировку лежа на спине и стоя на коленях;
- выполнять упражнения в равновесии (ходьба по коридору, стойка на носках);
- ходить по заданным направлениям с сохранением правильной осанки, на носках, на пятках, на внутренней и внешней стороне стопы, чередуя ходьбу с бегом до 30м;
- медленно бегать с сохранением осанки, в колонне за учителем с изменением направлений;
- выполнять броски и ловлю мячей;
- выполнять метание малого мяча с места правой и левой рукой;
- выполнять прыжок в длину с места в ориентир;
- выполнять специальные и коррекционные упражнения, направленные на формирование правильной осанки, профилактику нарушения зрения, развитие систем дыхания и кровообращения, на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, координации);
- выполнять упражнения общей физической направленности на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

В целях контроля в 1 классе проводится два раза в год (в сентябре и мае) учет двигательных возможностей и подготовленности обучающихся: выполнение основной стойки, построение в колонну по одному, равнение в затылок; ходьба в заданном направлении в медленном темпе, медленный бег с сохранением осанки; ходьба по коридору шириной 20см; правильный захват мяча, своевременное освобождение (выпуск) его.

Главными требованиями при оценивании умений и навыков является создание благоприятных условий для выполнения изучаемых упражнений и их качественное выполнение:

- как ученик овладел основами двигательных навыков;
- как проявил себя при выполнении, старался ли достичь желаемого результата;
- как понимает и объясняет разучиваемое упражнение;
- как пользуется предлагаемой помощью и улучшается ли при этом качество выполнения;
- как понимает объяснение учителя, спортивную терминологию;
- как относится к урокам;

- каков его внешний вид;
- соблюдает ли дисциплину.

Отметки в 1 классе не выставляются. Отслеживается продвижение обучающихся относительно самих себя, без сравнения результатов со сверстниками.

Уровень Критерии оценивания

I уровень (высокий)

Самостоятельно выполняют упражнения, умело пользуются приёмами, выполняют правильную последовательность при выполнении упражнений. Умеют пользоваться навыками на практике.

II уровень (средний)

Выполняют упражнения в целом соответствующей с высоким уровнем, но нарушают правильную последовательность при выполнении упражнений и при помощи учителя (по наводящим вопросам) восстанавливают последовательность выполнения упражнений. Имеют место случаи неправильного выполнения приёмов на практике.

III уровень

(ниже среднего)

Выполняют нормативы в соответствии ниже среднему уровню. Не умеют пользоваться навыками на практике, выполняют упражнения по подражанию. Выполняют упражнения с помощью учителя. Нарушают правильную последовательность при выполнении упражнений.

Перечень учебно-методического, материально-технического обеспечения программы по предмету «Физическая культура» в 1 классе.

Литература.

Аксенова О. Э. Адаптивная физическая культура в школе. Начальная школа/ О. Э. Аксенова, С. П. Евсеев// Под общей редакцией С. П. Евсеева, СПб ГАФК им. П. Ф. Лесгафта. СП. 2003.

Андрющенко Н. В.Монтессори-педагогика и Монтессори-терапия. — СПб.: Речь, 2010.

Баряева Л.Б. Программа образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью.Спб ЦДК. 2011.

Баряева Л. Б., Гаврилушкина О. П., Зарин А., Соколова Н. Д. Программа воспитания и обучения дошкольников с интеллектуальной недостаточностью. — СПб.: КАРО, 2007.

Горская и. Ю. Координационные способности школьников с нарушением интеллекта. Учебное пособие / И. Ю. Горская, Т. В. Синельникова.- Омск, Сиб ГАФК, 1999

Григорьев Д. В.Совершенствование двигательных способностей школьников в условиях общеобразовательной школы. — СПб.: Наука-Питер, 2005.

Дмитриев А. А. Физическая культура в специальном образовании: Учебное пособие для студ. Высш. Пед. Учеб. Заведений/ А. А. Дмитриев.- М.: Академия, 2002

Евсеев С.ТТ., Шапкова Л. В.Адаптивная физическая культура. — М.: Советский спорт, 2000.

Забрамная С. Д., Исаева Т. Н. Психолого-педагогическая дифференциация детей с умеренной и тяжелой умственной отсталостью // Воспитание и обучение детей с нарушениями развития. — 2009. — № 1. — С. 49-53.

Коррекционные подвижные игры и упражнения для детей с нарушениями развития / Под общей редакцией проф. Л. В. Шапковой, М.: Советский спорт, 2002

Музыкальная гимнастика для пальчиков / Сост. М. Ковалевская, худ. А. Веселов. — СПб.: Союз художников, 2007.

Обучение детей с выраженным недоразвитием интеллекта: Программно-методические материалы / Под ред. И. М. Бгажноковой. — М.: ВЛАДОС, 2010.

Основные направления и содержание обучения детей и подростком с особыми образовательными потребностями в ЛПЦ г. Пскова / Под ред. С. В. Андреевой. — Псков, 2000.

1 класс

№	Дата	Тема урока.	Словарь. Работа по социализации.	Коррекционная работа.	Индивидуальная работа.
Раздел «Легкая атлетика» (10 часов) Знать: фазы прыжка в длину с разбега. Уметь: выполнять разновидности ходьбы; пробегать в медленном темпе 4 мин., бегать на время 60 м.; выполнять прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги» из зоны отталкивания не более 1м.					
1		Техника безопасности на уроках легкой атлетики. Сочетание разновидностей ходьбы по инструкции учителя. Бег в медленном темпе до 4 мин.	Ходьба спортивная. Социализация – соблюдение правил техники безопасности во всех видах трудовой деятельности.	Коррекция зрительного и слухового восприятия через команды учителя; пространственной ориентации через ходьбу и бег.	
2		Игры с элементами общеразвивающих упражнений «Через обруч», «Прыжки по полоскам»,	Соблюдение всех правил по технике безопасности.	Коррекция зрительного, слухового восприятия, мыслительной деятельности. Коррекция эмоционально-волевой сферы, памяти через	Дозировка для ослабленных учащихся снижена.

		«Второй лишний»		повторения правил игры.	
3		Ходьба с остановками для выполнения задания. Бег широким шагом на носках. Прыжки через скакалку. Толкание набивного мяча с места одной рукой.	Ходьба спортивная. Социализация – умение определять темп и скорость, ширину шага, время выполнения работы.	Коррекция мыслительной деятельности через анализ выполненной работы.	Слабые учащиеся выполняют бег без ускорения.
4		Бег на скорость 60м с высокого старта. Прыжки произвольным способом через набивные мячи (5м).	Ускорение. Социализация – быстрое выполнение задания в любом виде деятельности.	Коррекция пространственной ориентации через бег, прыжки; эмоционально-волевою сферу через соревнования в беге.	Слабые учащиеся выполняют задания с облегченным мячом.
5		Игры с элементами бега «Бег с флажками», «Перебежки с выручкой».	Коллективные и индивидуальные действия.	Коррекция пространственной ориентировки, координации движений, эмоционально-волевой сферы.	Подача повторной инструкции.
6		Ходьба приставными шагами (боком). Метание малого мяча на дальность. Прыжки в шаге, приземление на две ноги.	Ходьба обычная. Ходьба спортивная. Социализация – точное и быстрое выполнение работы в любом виде трудовой деятельности.	Коррекция пространственной ориентации, моторики руки через прыжки в длину и метание мяча.	Дозировка ослабленной группе учащихся снижена
7		Прыжок в длину с разбега «согнув ноги». Эстафетный бег (60м по кругу)	Эстафета. Социализация – соблюдение правил поведения в трудовой деятельности и	Коррекция мелкой моторики через передачу эстафетной палочки; точность движения координационные движения через эстафету, прыжок в длину.	Дозировка ослабленной группе учащихся снижена

			в быту.		
8		Игры с элементами прыжков: «Удочка», «Прыжок за прыжком».	Соблюдение правил игры. Индивидуальные и коллективные виды деятельности.	Коррекция пространственной ориентации, координация движений при выполнении упражнений.	Дозировка для ослабленных учащихся снижена.
9		Бег с преодолением малых препятствий в среднем темпе. Прыжок в длину с ограничением зоны отталкивания до 1км.	Препятствия. Темп бега. Социализация – преодоление трудностей в трудовой деятельности и в быту.	Коррекция координации движений через преодоление препятствий; пространственной ориентации через прыжок в длину.	Дозировка ослабленной группе учащихся снижена
10		Метание малого мяча в движущуюся цель. Кроссовый бег до 1км.	Кросс. Социализация – преодоление трудностей в трудовой деятельности и в быту.	Коррекция зрительного восприятия через метание мяча; эмоционально-волевою сферу через кроссовый бег.	Дозировка ослабленной группе учащихся снижена
11		Игры с элементами общеразвивающих упражнений «Через обруч», «Прыжки по полоскам», «Второй лишний»	Соблюдение всех правил по технике безопасности.	Коррекция зрительного, слухового восприятия, мыслительной деятельности. Коррекция эмоционально-волевой сферы, памяти через повторения правил игры.	Дозировка для ослабленных учащихся снижена.
12		Метание мяча на дальность. Прыжок в длину с разбега.	Разбег. Толчок. Приземление. Социализация – точность движения необходимое качество в трудовой деятельности.	Коррекция зрительного восприятия через метание мяча; эмоционально-волевою сферу через кроссовый бег.	Дозировка ослабленной группе учащихся снижена
13		Игры с элементами метания предметов «Подвижная цель»,	Соблюдение всех правил по технике безопасности.	Коррекция зрительного восприятия, мелкой моторики при выполнении упражнений с мячом. . Координация	Подача повторной инструкции..

		«Точно в цель».	Выполнение точных движений.	движений через метание мяча.	
1 4		Бег 60 метров на скорость с низкого старта. Прыжки произвольным способом через набивные мячи.	Низкий старт. Ускорение. Социализация – скорость выполнения любого действия в труде и в быту.	Коррекция пространственной ориентации через прыжки, бег; Мыслительной деятельности через анализ своих ошибок.	Дозировка ослабленной группе учащихся снижена
1 5		Эстафетный бег по кругу. Игры с элементами метания мяча и прыжков.	Низкий старт. Ускорение. Социализация – соблюдение всех правил поведения.	Коррекция пространственной ориентации через прыжки, бег; Мыслительной деятельности через анализ своих ошибок.	Дозировка ослабленной группе учащихся снижена
1 6		Комплекс упражнений на растягивание. Дыхательные упражнения. Игры на внимание.	Учить точно выполнять движения.	Коррекция внимания через выполнение игровых упражнений. Воспитание ответственности и самостоятельности.	Дозировка для ослабленных учащихся снижена.
Раздел «Спортивные игры» (8 часов). Пионербол (3 часа). Знать:расстановку игроков на площадке, правила перехода играющих. Уметь:подавать боковую подачу, разыгрывать мяч на три паса.					
1 7		Техника безопасности на уроках. Ознакомление с правилами, расстановка на площадке. Ловля мяча над головой, подача двумя руками снизу.	Правила поведения. Социализация – соблюдение техники безопасности во всех видах трудовой деятельности.	Коррекция слухового и зрительного восприятия через выполнение команд учителя и выполнение упражнений.	
1 8		Комплекс упражнений на	Выполнение точных, ритмичных	Коррекция слухового восприятия и внимания через упражнения по	Дозировка для ослабленных учащихся

		растягивание.	движений.	сигналу учителя.	снижена.
1 9		Подача мяча двумя руками снизу, боковая подача. Учебная игра.	Подача мяча. Социализац ия – соблюдение техники безопасност и во всех видах трудовой деятельност и.	Коррекция слухового и зрительного восприятия через выполнение команд учителя и выполнение упражнений.	Дозировка ослабленной группе учащихся снижена
2 0		Розыгрыш мяча на три паса. Учебная игра.	Социализац ия – соблюдение всех правил по технике безопасност и.	Коррекция эмоционально-волевой сферы через игру.	Дозировка ослабленной группе учащихся снижена

Баскетбол (5 часов).

Знать:правила игры в баскетбол,некоторые правила игры.

Уметь:вести мяч с различными заданиями;ловить и передавать мяч.

2 1		Знакомство с правилами поведения на занятиях по баскетболу. Основная стойка передвижения без мяча и с мячом (удар о пол) влево, вправо, вперед, назад.	Техника безопасност и. Социализац ия - соблюдение всех правил в трудовой деятельност и.	Коррекция моторики руки через ловлю мяча. Пространственно й ориентации через передвижения по залу.	Дозировка ослабленной группе учащихся снижена
2 2		Игра на развитие физических качеств – быстроты: «Перебежки с выручкой».	Учить выполнять индивидуал ьные и коллективн ые действия в процессе игры.	Коррекция пространственно й ориентации через ориентировку по залу во время игры. Коррекция мыслительных действий через	Дозировка для ослабленных учащихся снижена.

				повторение правил игры.	
2 3		Ловля мяча и передача на месте. Передвижения с мячом вправо, влево, вперед.	Техника безопасности. Социализация - соблюдение всех правил в трудовой деятельности.	Коррекция моторики руки через ловлю, передачу мяча; пространственной ориентации через передвижения по залу.	Слабые учащиеся – число повторений уменьшено.
2 4		Ведение мяча на месте и в движении. Ловля мяча и передача на месте.	Социализация – коллективные действия для трудовой деятельности.	Коррекция пространственной ориентации, зрительного восприятия, эмоционально-волевой сферы через упражнения.	Слабые учащиеся – число повторений уменьшено.
2 5		Правила игры в баскетбол. Остановка по сигналу учителя.	Социализация – коллективизм для выполнения работы в коллективе.	Коррекция эмоционально-волевой сферы через игру.	Дозировка ослабленной группе учащихся снижена
2 6		Игра на развитие физических качеств – ловкости: «Падающая палка».	Учить следовать командам и соблюдать правила игры.	Коррекция внимания и координации движений. Развитие быстроты реакции.	Дозировка для ослабленных учащихся снижена.
2 7		Ведение мяча, передачи мяча. Повороты на месте. Учебная игра.	Социализация – индивидуальные действия для принятия решения в трудовой деятельности и в быту.	Коррекция координации движения через повороты с мячом.	Дозировка ослабленной группе учащихся снижена

Раздел «Гимнастика» (14 часов).

Знать:правила поведения при выполнении строевых команд,гигиены после занятий физическими упражнениями;приёмы выполнения команд: «Налево!» «Направо!»

Уметь:выполнять команды: «Налево!»,»Направо!»,»Кругом!»,соблюдать интервал;выполнять исходные положения без контроля зрения;правильно и быстро реагировать на сигнал учителя4выполнять опорный прыжок через козла ноги врозь;сохранять равновесие на наклонной плоскости4выбирать рациональный способ преодоления препятствий;лазать по канату произвольным способом;выбирать наиболее удачный способ переноски груза.

2 8		Техника безопасности на уроках гимнастики. Строевые упражнения. Переноска груза и передача предметов.	Безопасность деятельности. Социализация – соблюдение правил по технике безопасности во всех видах деятельности.	Коррекция речи и памяти через повтор правил; пространственной ориентации через перенос предметов по местам.	
2 9		Комплекс упражнений на растягивание. Дыхательные упражнения.	Выполнение точных, ритмичных движений.	Коррекция слухового восприятия и внимания через упражнения по сигналу учителя.	Дозировка для ослабленных учащихся снижена.
3 0		Упражнения с гимнастической палкой. Дыхательные упражнения. Акробатические упражнения.	Акробатика. Социализация – освоение упражнений по правильному дыханию необходимо в жизнедеятельности.	Коррекция осанки, координации движения через упражнения с гимнастической палкой, акробатику.	Слабым дозировка уменьшена.
3 1		Простые и смешанные висы. Равновесие на	Вис. Равновесие. Социализация – сила	Коррекция пространственной ориентации, координации движения через	Слабым уч-ся равновесие на скамейке.

		гимн. скамейке.	рук, координаци и движения через висы, равновесие.	висы, равновесие.	
3 2		Лазание и перелазание по гимнастической стенке. Опорный прыжок.	Опорный прыжок. Социализац ия- ловкость, прыгучесть, выносливос ть - необходим ые качества в трудовой деятельност и.	Коррекция координации движения, пространственн ой ориентации через лазание, прыжки. Мыслительной деятельности через анализ своих ошибок.	Дозировка ослабленной группе учащихся уменьшена.
3 3		Игра на развитие физических качеств – быстроты: «Перебежки с выручкой	Учить выполнять индивидуал ьные и коллективн ые действия в процессе игры.	Коррекция пространственн ой ориентации через ориентировку по залу во время игры. Коррекция мыслительных действий через повторение правил игры.	Дозировка для ослабленных учащихся снижена.
3 4		Упражнения с набивными мячами. Лазание по канату произвольным способом.	Лазание. Социализац ия – ловкость движения необходимо в трудовой деятельност и и в быту.	Коррекция моторики рук, пространственн ой ориентации, зрительного восприятия через лазание, упражнения с мячами.	Дозировка уменьшена для ослабленной группы уч-ся.
3 5		Акробатически е упражнения. Равновесие на гимнастической скамейке с предметами, ходьба и бег различными	Акробатики. Социализац ия – координаци я движений в трудовой деятельност	Коррекция пространственн ой ориентации через кувьрки, равновесие.	Слабые уч-ся равновесие на скамейке.

		и.п рук.	и.		
3 6		Игра на развитие силы «Зайцы и моржи»	Учить следовать командам и соблюдать правила игры.	Коррекция моторики и пространственной ориентации. Воспитание выносливости и самостоятельности.	Дозировка для ослабленных учащихся снижена.
3 7		Опорный прыжок через козла. Упражнения на гимнастической стенке.	Опорный прыжок. Социализация – ловкость движения в трудовой деятельности и в быту.	Коррекция мыслительной деятельности, памяти и речи через анализ своих ошибок.	Дозировка ослабленной группе учащихся уменьшена.
3 8		Упражнения на осанку и расслаблений мышц. Равновесие: ходьба с подбрасыванием мяча, равновесие на полу	Осанка. Социализация – правильная осанка на рабочем месте.	Коррекция зрительного восприятия, координации движения через равновесие, и упражнений на расслабление.	Дозировка ослабленной группе учащихся уменьшена
3 9		Упражнения на гимнастической скамейке. Смешанные и простые висы. Комплекс акробатических упражнений.	Висы. Социализация- гибкость необходимое качество работоспособности организма.	Коррекция пространственной ориентации, зрительного и слухового восприятия, координации движения через упражнения, висы.	Ослабленная группа выполняет висы лежа.
4 0		Игра на развитие силы «Перетягивание в парах».	Развитие силы и выносливости как необходимого качества в любом виде	Коррекция пространственной ориентации через ориентировку по залу во время игры. Коррекция речи и	Дозировка для ослабленных учащихся снижена.

			деятельност и.	мышления через повторения правил игры.	
4 1		Лазание на скорость по канату. Эстафеты с переноской и передачей набивных мячей.	Лазание. Социализац ия – коллективн ые действия во время трудовой деятельност и.	Коррекция эмоционально- волевой сферы через игру.	Дозировка ослабленной группе учащихся уменьшена.
4 2		Опорный прыжок «ноги врозь». Корректирующ ие упражнения без предмета: удерж. груза, ходьба по наклонной, скамейке.	Опорный прыжок. Социализац ия- координаци я движения необходимо е условие в трудовой деятельност и.	Коррекция мыслительной деятельности через анализ своих ошибок; памяти и речи через беседу, рассказ.	Дозировка ослабленной группе учащихся уменьшена.
4 3		Игра на развитие выносливости «Гонки с выбыванием».	Учить выполнять индивидуал ьные и коллективн ые действия в процессе игры.	Коррекция эмоционально- волевой сферы через привитие правил поведения в игре.	Дозировка для ослабленных учащихся снижена.
4 4		Упражнения на бревне «ласточка». Расхождение вдвоем. Упражнения на осанку.	Бревно гимнастичес кое. Социализац ия - координаци я движения необходимо е условие в трудовой деятельност и.	Коррекция мыслительной деятельности через анализ своих ошибок; памяти и речи через беседу, рассказ.	Дозировка ослабленной группе учащихся уменьшена.
4 5		Преодоление препятствий 3-	Лазание.	Коррекция мыслительной	Дозировка ослабленной группе учащихся уменьшена.

		4шт с лазанием и перелазанием, кувырками, прыжками.	Кувырок. Социализация – преодоление препятствий необходимо качество в трудовой деятельности.	деятельности через анализ своих ошибок; памяти и речи через беседу, рассказ.	
4 6		Игра на развитие физических качеств – ловкости: «Падающая палка».	Учить следовать командам и соблюдать правила игры.	Коррекция внимания и координации движений. Развитие быстроты реакции.	Дозировка для ослабленных учащихся снижена.
4 7		Игра на развитие физических качеств – быстроты: «Перебежки с вырубкой».	Учить выполнять индивидуальные и коллективные действия в процессе игры.	Коррекция пространственной ориентации через ориентировку по залу во время игры. Коррекция мыслительных действий через повторение правил игры.	Дозировка для ослабленных учащихся снижена.
4 8		Урок-соревнование «Гимнастическое многоборье».	Социализация – коллективные и индивидуальные действия.	Коррекция эмоционально-волевой сферы.	Дозировка ослабленной группе учащихся уменьшена.
4 9		Самоконтроль и его основные приёмы. Правила поведения во время игры.	Вводный инструктаж на уроках физкультуры. Самоконтроль и его основные приёмы. Правила поведения	ВПФ	Фронтальный опрос

			во время игры.		
50		Закрепление перестроений: шеренга, колонна, ряд. Комплекс ОРУ.	Закрепление перестроений: шеренга, колонна, ряд. Комплекс ОРУ.	ВПФ, координация, общая моторика	Корректировка выполнения команд, наблюдение.
51		Повороты на месте и в движении. Комплекс ОРУ с набивными мячами.	Повороты на месте и в движении. Комплекс ОРУ с набивными мячами. Презентация « Мир гимнастики ».	Коррекция ориентировки в пространстве, координации движений, гибкости, ловкости.	Корректировка выполнения команд, контроль, наблюдение.
52		Построение в две шеренги. Комплекс ОРУ для координации движений.	Построение в две шеренги. Комплекс ОРУ для координации и движений.	Коррекция ориентировки в пространстве, координации движений, осанки	Корректировка выполнения команд, наблюдение.
53		Ходьба в различном темпе, направлениях. Комплекс ОРУ на сохранение осанки.	Ходьба в различном темпе, направлениях. Комплекс ОРУ на сохранение осанки.	Коррекция ориентировки в пространстве, координации движений, гибкости, ловкости.	Корректировка выполнения команд, контроль, наблюдение.
54		Повороты в движении направо, налево. Комплекс ОРУ на расслабление мышц.	Повороты в движении направо, налево. Комплекс ОРУ на расслабление мышц.	Коррекция ориентировки в пространстве, координации движений, гибкости, ловкости.	Корректировка выполнения команд, контроль, наблюдение.

5 5		Комплекс ОРУ с гимнастическими палками. Дыхательные упражнения.	Комплекс ОРУ с гимнастическими палками. Дыхательные упражнения.	Коррекция ориентировки в пространстве, координации движений, гибкости, ловкости.	Корректировка выполнения команд, контроль,, наблюдение.
5 6		Прыжки с продвижением вперёд. Комплекс ОРУ со скакалками.	Прыжки с продвижением вперёд. Комплекс ОРУ со скакалками.	Коррекция ориентировки в пространстве, координации движений, общей моторной ловкости.	Корректировка выполнения команд, наблюдение.
5 7		Ходьба и бег по гимнастической скамейке с преодолением препятствий.	Ходьба и бег по гимнастической скамейке с преодолением препятствий. Комплекс ОРУ «Танцевальная Гимнастика»	Коррекция ориентировки в пространстве, координации движений, гибкости, ловкости.	Корректировка выполнения техники, контроль наблюдение.
5 8		Упражнения на гимнастической стенке: переходы. Комплекс ОРУ на внимание.	Упражнения на гимнастической стенке: переходы. Видео «Упражнения на гимнастической стенке». Комплекс ОРУ на внимание. Инструктаж по ТБ и ОТ. Игра	Коррекция ориентировки в пространстве, координации движений, гибкости, ловкости.	Корректировка выполнения техники, контроль наблюдение.

			«Птицы».		
5 9		Ходьба на скорость. Прохождение отрезков от 50-100 метров.	Ходьба на скорость. Прохождение отрезков от 50-100 метров. Инструктаж по ТБ и ОТ. Игра на скорость «Сбор картошки».	Коррекция ориентировки в пространстве, координации движений, общей моторной ловкости.	Корректировка выполнения команд, фиксация результата, наблюдение.
6 0		Ходьба по пересечённой местности до 2 км.	Инструктаж по ТБ и ОТ. Ходьба по пересечённой местности до 2 км. Комплекс ОРУ на формирование осанки.	Коррекция ориентировки в пространстве, координации движений, гибкости, ловкости.	Корректировка выполнения техники, контроль наблюдение.
6 1		Игра на развитие выносливости «Гонки с выбыванием».	Учить выполнять индивидуальные и коллективные действия в процессе игры.	Коррекция эмоционально-волевой сферы через привитие правил поведения в игре.	Дозировка для ослабленных учащихся снижена.
6 2		Упражнения на бревне «ласточка». Расхождение вдвоем. Упражнения на осанку.	Бревно гимнастическое. Социализация - координация движения необходимо условие в трудовой деятельности.	Коррекция мыслительной деятельности через анализ своих ошибок; памяти и речи через беседу, рассказ.	Слабые уч-ся выполняют подъем и спуски с небольшого склона.
6 3		Преодоление препятствий 3-	Лазание.	Коррекция мыслительной	Слабые уч-ся выполняют подъем и спуски с небольшого склона.

		4шт с лазанием и перелазанием, кувырками, прыжками.	Кувырок. Социализация – преодоление препятствий необходимо качество в трудовой деятельности.	деятельности через анализ своих ошибок; памяти и речи через беседу, рассказ.	
6 4		Игра на развитие физических качеств – ловкости: «Падающая палка».	Учить следовать командам и соблюдать правила игры.	Коррекция внимания и координации движений. Развитие быстроты реакции.	Дозировка ослабленной группе учащихся уменьшена.
6 5		Коррекционно-развивающие игры на развитие ловкости «Гонка мячей». Упражнения на коррекцию плоскостопия.	Учить следовать командам и правилам игры.	Коррекция пространственной ориентации, зрительного восприятия, внимания через следование правилам игры.	Дозировка для ослабленных учащихся снижена.
6 6		Игры с элементами общеразвивающих упражнений «Через обруч», «Прыжки по полоскам», «Второй лишний»	Соблюдение всех правил по технике безопасности.	Коррекция зрительного, слухового восприятия, мыслительной деятельности. Коррекция эмоционально-волевой сферы, памяти через повторения правил игры.	Дозировка ослабленной группе учащихся уменьшена.
6 7		Ходьба с остановками для выполнения задания. Бег широким шагом на носках. Прыжки	Ходьба спортивная. Социализация – умение определять темп и скорость,	Коррекция мыслительной деятельности через анализ выполненной работы.	Дозировка ослабленной группе учащихся уменьшена.

		через скакалку. Толкание набивного мяча с места одной рукой.	ширину шага, время выполнения работы.		
6 8		Бег на скорость 60м с высокого старта. Прыжки произвольным способом через набивные мячи (5м).	Ускорение. Социализация – быстрое выполнение задания в любом виде деятельности.	Коррекция пространственной ориентации через бег, прыжки; эмоционально-волевую сферу через соревнования в беге.	Дозировка для ослабленных учащихся снижена.
6 9		Игра на развитие физических качеств – быстроты: «Перебежки с выручкой»	Учить выполнять индивидуальные и коллективные действия в процессе игры.	Коррекция пространственной ориентации через ориентировку по залу во время игры. Коррекция мыслительных действий через повторение правил игры.	Дозировка ослабленной группе учащихся уменьшена.
7 0		Игра на развитие физических качеств – ловкости: «Падающая палка».	Учить следовать командам и соблюдать правила игры.	Коррекция внимания и координации движений. Развитие быстроты реакции.	Дозировка ослабленной группе учащихся уменьшена.
7 1		Игра на развитие силы «Перетягивание в парах».	Развитие силы и выносливости как необходимого качества в любом виде деятельности.	Коррекция пространственной ориентации через ориентировку по залу во время игры. Коррекция речи и мышления через повторения правил игры.	Дозировка для ослабленных учащихся снижена.
7 2					Дозировка ослабленной группе учащихся уменьшена.

Раздел «Легкая атлетика» (9 часа) Знать: фазы прыжка в высоту. Уметь: прыгать в высоту способом «перешагивание» с 6-12 шагов разбега.					
7 3		Прыжки через скакалку на месте, продвигаясь в различном темпе. Игра «Кто дальше?»	Социализация – укрепление голеностопа – необходимо е качество в трудовой деятельности и в быту.	Коррекция пространственной ориентации, координации движения через прыжковые упражнения.	Дозировка ослабленной группе учащихся уменьшена.
7 4		Игра на развитие физических качеств – быстроты: «Перебежки с вырубкой	Учить выполнять индивидуальные и коллективные действия в процессе игры.	Коррекция пространственной ориентации через ориентировку по залу во время игры. Коррекция мыслительных действий через повторение правил игры.	Дозировка для ослабленных учащихся снижена.
7 5		Прыжки через набивные мячи произвольным способом (5м). прыжковые упражнения. Игра «Точно в цель».	Социализация – укрепление голеностопа – необходимо е качество в трудовой деятельности и в быту.	Коррекция пространственной ориентации, координации движения через прыжковые упражнения.	Дозировка ослабленной группе учащихся уменьшена.
7 6		Игра на развитие выносливости «Гонки с выбыванием».	Учить выполнять индивидуальные и коллективные действия в процессе игры.	Коррекция эмоционально-волевой сферы через привитие правил поведения в игре.	Дозировка для ослабленных учащихся снижена.
7 7		Прыжок в высоту с укороченного разбега «перешагивание».	Разбег. Толчок. Социализация – преодоление трудности	Коррекция равновесия, пространственной ориентации через прыжки.	Дозировка ослабленной группе учащихся уменьшена.

			в трудовой деятельност и и в быту.		
7 8		Коррекционно- развивающие игры на развитие быстроты «Рывок за мячом».	Учить следовать командам и соблюдать правила игры.	Коррекция пространственной ориентации, зрительного восприятия, мышления и памяти через повтор правил, соблюдений их в игре.	Дозировка для ослабленных учащихся снижена.
7 9		Игры с элементами прыжков: «Удочка», «Прыжок за прыжком».	Соблюдени е правил игры. Индивидуал ьные и коллективн ые виды деятельност и.	Коррекция пространственной ориентации, координация движений при выполнении упражнений.	Дозировка для ослабленных учащихся снижена.
8 0		Прыжок в высоту «перешагивани ем» на результат.	Разбег. Толчок. Социализац ия – преодолени е трудности в трудовой деятельност и и в быту.	Коррекция равновесия, пространственной ориентации через прыжки.	Дозировка ослабленной группе учащихся уменьшена.
8 1		Урок- соревнование «Моя высота».	Разбег. Толчок. Социализац ия – преодолени е трудности в трудовой деятельност и и в быту.	Коррекция пространственной ориентации, зрительного восприятия, мышления и памяти через повтор правил, соблюдений их в игре.	Дозировка ослабленной группе учащихся уменьшена.
8 2		Игры с элементами общеразвиваю щих упражнений «Через обруч», «Прыжки по	Соблюдени е всех правил по технике безопасност и.	Коррекция зрительного, слухового восприятия, мыслительной деятельности. Коррекция эмоционально-волевой сферы, памяти через	

		полоскам», «Второй лишний»		повторения правил игры.	
Спортивные игры и коррекционно-развивающие игры (9 часов). Баскетбол (3часов). Знать:правила игры в баскетбол,некоторые правила игры. Уметь:вести мяч с различными заданиями;ловить и передавать мяч.					
8 3		Основная стойка. Ведение мяча на месте и в движении. РК. Магнитогорски е баскетболисты участники первенства России.	Стойка баскетболис та. Социализац ия – подвижност ь верхних конечностей – необходимо е качество в трудовой деятельност и.	Коррекция зрительного восприятия, координации движения через ведение мяча.	Слабым уч-ся дозировка уменьшена.
8 4		Комплекс упражнений на растягивание дыхательные упражнения. Упражнения на расслабления.	Учить правильном у дыханию и чередовани ю нагрузки и отдыха для различных видов деятельност и.	Коррекция моторики, координации движений через выполнение упражнений. Воспитание самостоятельности и осознанности выполняемых действий.	Слабым уч-ся дозировка уменьшена
8 5		Правила игры в баскетбол. Совершенствов ание ведения мяча, ловля и передачи мяча. Учебная игра.	Социализац ия – соблюдение правил поведения во время физического труда и в быту.	Коррекция памяти и речи через повтор правил техники безопасности.	Слабым уч-ся дозировка уменьшена
8 6		Коррекционно- развивающие игры на развитие	Правила. Социализац ия –	Коррекция зрительного и слухового восприятия через рассказ показ	Слабым уч-ся дозировка уменьшена

		быстроты "Бегуны". Грудное и брюшное дыхание.	координационные способности – важный фактор в трудовой деятельности.	учителя;	
8 7		Совершение поворотов на месте, остановки по сигналу учителя. Учебная игра.	Правила. Социализация – координационные способности – важный фактор в трудовой деятельности.	Коррекция зрительного и слухового восприятия через рассказ показ учителя; моторики руки через ловлю, передачу мяча.	Слабым уч-ся дозировка уменьшена

Пионербол (4часов).

Знать:расстановку игроков на площадке, правила перехода играющих.

Уметь:подавать боковую подачу, разыгрывать мяч на три паса.

8 8		Правила игры. Расстановка игроков на площадке. Ловля мяча над головой.	Правила. Социализация – коллективные действия.	Коррекция пространственной ориентации через ловлю, передачу мяча.	
8 9		Подача двумя руками снизу. Розыгрыш мяча на три паса.	Подачи. Передачи. Социализация – совместные действия партнеров, правила поведения, взаимоотношения с партнерами в трудовой деятельности и в быту.	Коррекция зрительного и слухового восприятия через передачи и ловлю мяча, координация движения во время игры.	Ослабленные уч-ся работают с мелкими мячами.

9 0		Коррекционно-развивающие игры на развитие выносливости "Круг за кругом". Упражнения на расслабление, дыхательные упражнения.	Учить следовать командам и соблюдать правила игры, исправлять ошибки.	Коррекция эмоционально-волевой сферы через игровую деятельность, выполнение различных игровых ролей. Коррекция мышления через анализ выполненных действий, закрепление правильного движения.	Дозировка для ослабленных учащихся снижена.
9 1		Боковая подача. Учебная игра.	Подачи. Передачи. Социализация – совместные действия партнеров, правила поведения, взаимоотношения с партнерами в трудовой деятельности и в быту.	Коррекция зрительного и слухового восприятия через передачи и ловлю мяча, координация движения во время игры.	Ослабленные уч-ся работают с мелкими мячами.
Раздел «Легкая атлетика» (10 часов). Знать: фазы прыжка в длину с разбега. Уметь: выполнять разновидности ходьбы; пробегать в медленном темпе 4 мин., бегать на время 60 м.; выполнять прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги» из зоны отталкивания не более 1м.					
9 2		Сочетание разновидностей ходьба по инструкции учителя. Медленный бег в равномерном темпе до 2мин. Метание мяча в цель.	Социализация – совершенствование двигательных навыков для дальнейшей трудовой деятельности.	Коррекция зрительного восприятия через бег, метание мяча.	Дозировка снижена до 2мин.
9 3		Прыжковые упражнения (через	Социализация – развитие	Коррекция координации движений рук и ног через прыжок.	Слабые уч-ся выполняют прыжок с неполного разбега.

		набивные мячи). Бег широким шагом на носках (коридор 20-30см). Игра «Кто дальше?»	быстроты необходимо для трудовой деятельности.		
9 4		Игры с элементами бега «Вызов победителя», «По кочкам и линиям».	Социализация – точность движений необходима в трудовой деятельности и в быту.	Коррекция пространственной ориентировки, координации движений, эмоционально-волевой сферы.	Слабым уч-ся дозировка уменьшена
9 5		Ходьба с остановкой для выполнения заданий. Эстафетный бег (60м по кругу). Метание мяча с 3 –х шагового разбега.	Социализация – развитие быстроты необходимо для трудовой деятельности.	Коррекция зрительного и слухового восприятия через рассказ показ учителя.	Слабым уч-ся дозировка уменьшена
9 6		Толкание набивного мяча 1кг одной рукой. Бег 60 метров с высокого и низкого старта.	Набивной мяч. Социализация – развитие и укрепление мышц рук и ног необходимо в трудовой деятельности.	Коррекция зрительного восприятия через метание мяча.	Слабым уч-ся дозировка уменьшена
9 7		Прыжки в шаге с приземлением на обе ноги. Бег с преодолением препятствий в	Социализация – выносливость необходимо качество в трудовой деятельности	Коррекция координации движений рук и ног через прыжок в длину.	Слабые уч-ся выполняют прыжок с неполного разбега.

		среднем темпе. Игра «Метко в цель».	и.		
9 8		Прыжок в длину с разбега «согнув ноги» на результат. Бег 60 метров с низкого старта.	Социализация – выносливость необходимое качество в трудовой деятельности.	Коррекция координации движений рук и ног через прыжок в длину.	Слабые уч-ся выполняют прыжок с неполного разбега.
9 9		Бег 60метров на результат. Метание мяча на дальность на результат.	Набивной мяч. в трудовой деятельности. Социализация – развитие и укрепление мышц рук и ног необходимо	Коррекция зрительного восприятия через метание мяча.	Ослабленные уч-ся работают с мелкими мячами.
1 0 0		Эстафета 4*60 метров. Игры с элементами бега – прыжков.	Специальные упражнения. Социализация – специальные упражнения позволяют лучше освоить процесс в трудовой деятельности.	Коррекция пространственной ориентации через специальные упражнения.	Дозировка слабым уменьшена.
1 0 1		Национальные игры: русская лапта	Социализация – развитие и укрепление мышц рук и ног	Коррекция пространственной ориентации через специальные упражнения.	Дозировка слабым уменьшена.

			необходимо		
1 0 2		Национальные игры: русская лапта	Социализац ия – развитие и укрепление мышц рук и ног необходимо	Коррекция пространственной ориентации через специальные упражнения.	