




<p>« Рассмотрено » на заседании МО «учителей- дефектологов» Руководитель МО  / Л.Ф. Фахрединова ФИО Протокол № <u>2</u> от «<u>22</u>» <u>08</u> 2018 г.</p>	<p>«Согласовано» Заместитель директора по УВР МОУ «СОШ № 1 »  / В.В. Визгалова ФИО «<u>29</u>» <u>08</u> 2018 г.</p>	<p>« Утверждено » Директор МОУ «СОШ № 1 г. Ртищево Саратовской области»  / Н.А. Попова ФИО Приказ № <u>303</u> от «<u>23</u>» <u>09</u> 2018 г.</p>
--	--	---



Адаптированная рабочая программа

учебного предмета

«Физическая культура»

начального общего образования

обучающихся

с ограниченными возможностями здоровья

(интеллектуальными нарушениями)

1 вариант

Рассмотрено на заседании
педагогического совета
протокол № 1 от
«29» 08 2018г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Адаптированная рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (интеллектуальными нарушениями) 1 вариант (1-4 классы) составлена на основе:

1. Федерального закона "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ;
2. Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1599) (далее – ФГОС образования обучающихся с УО (интеллектуальными нарушениями));
3. Учебного плана для обучающихся по адаптированной основной общеобразовательной программе основного общего образования для умственно отсталых детей МОУ «СОШ № 1 г. Ртищево Саратовской области», учебный план составлен на основании ФГОС образования обучающихся с УО (интеллектуальными нарушениями) (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1599);
4. Адаптированной основной общеобразовательной программы, реализующей ФГОС НОО ОВЗ и ФГОС обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) Муниципального общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 1 г. Ртищево Саратовской области»
5. Программ специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида: 1-4 классы, под редакцией В. В. Воронковой. – М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2013 г.
6. Э.В.Якубовская, М.И.Шишкова, И.М.Бгажнокова Рабочие программы по учебным предметам ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями Вариант 1 1-4 классы Москва «Просвещение» 2018г.
7. «Федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования» (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 28.12.2018 г. № 345, с изм. от 22.11.2019 г.);
8. Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 10.07.2015 № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.3286-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья».

Овладение обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) предметной областью «Физическая культура» предполагает коррекцию двигательных навыков в процессе музыкально-ритмической и спортивной деятельности.

Цель:

Содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности школьника, формирование у учащихся целостного представления о физической культуре, способности включиться в производительный труд.

Задачи:

- Формировать установку на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни; соблюдение индивидуального режима питания и сна.
- Воспитывать интерес к физической культуре и спорту, формирование потребности в систематических занятиях физической культурой и доступных видах спорта.
- Формировать и совершенствование основных двигательных качеств: быстроты, силы, ловкости и других.

- Формировать умения следить за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, адекватно их дозировать.
- Овладеть основами доступных видов спорта (легкой атлетикой, гимнастикой, лыжной подготовкой и другими) в соответствии с возрастными и психофизическими особенностями обучающихся.
- Корректировать недостатки познавательной сферы и психомоторного развития; развитие и совершенствование волевой сферы.
- Воспитывать нравственные качества и свойств личности.

Структура программы учебного предмета «Физическая культура» соответствует требованиям ФГОС. Тематическое планирование ежегодно конкретизируется в календарно-тематическом планировании, утверждаемом директором школы. Физическая культура является одним из важных общеобразовательных предметов в образовательных организациях, осуществляющих обучение учащихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Обучение физкультуры носит практическую направленность и тесно связано с другими учебными предметами, жизнью, готовит учащихся к овладению профессионально-трудовыми знаниями и навыками, учит использованию физические качества и знания в нестандартных ситуациях.

Срок реализации программы – 4 года.

Физическая культура является составной частью образовательного процесса обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Она решает образовательные, воспитательные, коррекционно-развивающие и лечебно-оздоровительные задачи. Физическое воспитание рассматривается и реализуется комплексно, и находится в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим, трудовым обучением; занимает одно из важнейших мест в подготовке этой категории обучающихся к самостоятельной жизни, производительному труду, воспитывает положительные качества личности, способствует социальной интеграции школьников в общество.

Основная цель изучения данного предмета заключается во всестороннем развитии личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в процессе приобщения их к физической культуре, коррекции недостатков психофизического развития, расширении индивидуальных двигательных возможностей, социальной адаптации.

Основные задачи изучения предмета:

Разнородность состава учащихся начального звена по психическим, двигательным и физическим данным выдвигает ряд конкретных задач физического воспитания:

- коррекция нарушений физического развития;
- формирование двигательных умений и навыков;
- развитие двигательных способностей в процессе обучения;

- укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;
 - раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;
 - формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;
 - формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
 - поддержание устойчивой физической работоспособности на достигнутом уровне;
 - формирование познавательных интересов, сообщение доступных теоретических сведений по физической культуре;
 - воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями;
 - воспитание нравственных, морально-волевых качеств (настойчивости, смелости), навыков культурного поведения;
- Коррекция недостатков психического и физического развития с учетом возрастных особенностей обучающихся, предусматривает:
- обогащение чувственного опыта;
 - коррекцию и развитие сенсомоторной сферы;
 - формирование навыков общения, предметно-практической и познавательной деятельности.

**ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ
ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**
Личностные результаты:

1. Осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину.
2. Формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов.
3. Развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении.
4. Овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире.
5. Овладение социально-бытовыми умениями, используемые в повседневной жизни.
6. Владение умениями коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.
7. Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей.
8. Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.
9. Развитие умений сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях.
10. Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.
11. Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.
12. Формирование установки за безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.
13. Формирование готовности к самостоятельной жизни.

Метапредметные результаты

Коммуникативные учебные действия включают умения:

- вступать и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия (учебных, трудовых, бытовых и др.);
- слушать собеседника;
- вступать в диалог и поддерживать его;
- использовать разные виды делового письма для решения жизненно значимых задач;
- использовать доступные источники и средства получения информации для решения коммуникативных и познавательных задач.

Регулятивные учебные действия представлены умениями:

- принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач,
- осуществлять коллективный поиск средств их осуществления;
- осознанно действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач;
- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности;
- обладать готовностью к осуществлению самоконтроля в процессе деятельности;
- адекватно реагировать на внешний контроль и оценку, корректировать в соответствии с ней свою деятельность.

Познавательные учебные действия включают умения:

- дифференцированно воспринимать окружающий мир, его временно-пространственную организацию;
- использовать усвоенные логические операции (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию, установление аналогий, закономерностей, причинно-следственных связей) на наглядном, доступном вербальном материале, основе практической деятельности в соответствии с индивидуальными возможностями;
- использовать в жизни и деятельности некоторые межпредметные знания, отражающие несложные, доступные существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты учебного предмета «Физическая культура» включают освоенные обучающимися знания и умения, готовность их применения. Предметные результаты обучающихся с умственной отсталостью не являются основным критерием при принятии решения о переводе обучающегося в следующий класс, но рассматриваются как одна из составляющих при оценке итоговых достижений.

В программе учебного предмета «Физическая культура» выделены два уровня овладения предметными результатами: минимальный и достаточный.

Достаточный уровень освоения предметных результатов не является обязательным для всех обучающихся.

Минимальный уровень является обязательным для всех обучающихся с умственной отсталостью. Освоение предметных результатов зависит от психофизических, возрастных и индивидуальных особенностей, обучающихся с умственной отсталостью. Отсутствие достижения этого уровня по предмету «Физическая культура» не является препятствием к продолжению образования по данному варианту программы.

Минимальный и достаточный уровни усвоения предметных результатов: 1 класс:

Минимальный уровень:

- представления о физической культуре как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- выполнение комплексов утренней гимнастики под руководством учителя;
- знание основных правил поведения на уроках физической культуры;
- выполнение несложных упражнений по словесной инструкции при выполнении строевых команд;
- ходьба в различном темпе;
- взаимодействие со сверстниками;
- участие в подвижных играх и эстафетах под руководством учителя;
- знание правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

Достаточный уровень:

- практическое освоение элементов гимнастики, легкой атлетики, лыжной подготовки, спортивных и подвижных игр;
- самостоятельное выполнение комплексов утренней гимнастики;
- владение комплексами упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища;
- участие в оздоровительных занятиях в режиме дня (физкультминутки);
- выполнение основных двигательных действий в соответствии с заданием учителя: бег, ходьба, прыжки;
- совместное участие со сверстниками в подвижных играх и эстафетах;
- знание правил двигательных действий, применение усвоенных правил при выполнении двигательных действий под руководством учителя;
- знание и применение правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием в повседневной жизни;
- соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

2 класс:

Минимальный уровень:

- представления о физической культуре как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- выполнение комплексов утренней гимнастики под руководством учителя;
- знание основных правил поведения на уроках физической культуры и осознанное их применение;
- выполнение несложных упражнений по словесной инструкции при выполнении строевых команд;
- представления о двигательных действиях;
- знание основных строевых команд;
- ходьба в различном темпе с различными исходными положениями;
- взаимодействие со сверстниками в организации и проведении подвижных игр, элементов соревнований;
- участие в подвижных играх и эстафетах под руководством учителя;
- знание правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

Достаточный уровень:

- практическое освоение элементов гимнастики, легкой атлетики, лыжной подготовки, спортивных и подвижных игр;
- самостоятельное выполнение комплексов утренней гимнастики;
- владение комплексами упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища;
- участие в оздоровительных занятиях в режиме дня (физкультминутки);
- выполнение основных двигательных действий в соответствии с заданием учителя: бег, ходьба, прыжки;
- подача и выполнение строевых команд, ведение подсчёта при выполнении общеразвивающих упражнений.
- совместное участие со сверстниками в подвижных играх и эстафетах;
- оказание посильной помощи и поддержки сверстникам в процессе участия в подвижных играх и соревнованиях;
- знание спортивных традиций своего народа и других народов;
- знание способов использования различного спортивного инвентаря в основных видах двигательной активности и их применение в практической деятельности;
- знание правил выполнения двигательных действий, применение усвоенных правил при выполнении двигательных действий под руководством учителя;
- знание и применение правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием в повседневной жизни;
- соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

3 класс:

Минимальный уровень:

- представления о физической культуре как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- выполнение комплексов утренней гимнастики под руководством учителя;
- знание основных правил поведения на уроках физической культуры и осознанное их применение;
- выполнение несложных упражнений по словесной инструкции при выполнении строевых команд;
- представления о двигательных действиях;

- знание основных строевых команд;
- подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- ходьба в различном темпе с различными исходными положениями;
- взаимодействие со сверстниками в организации и проведении подвижных игр, элементов соревнований;
- участие в подвижных играх и эстафетах под руководством учителя;
- знание правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

Достаточный уровень:

- практическое освоение элементов гимнастики, легкой атлетики, лыжной подготовки, спортивных и подвижных игр;
- самостоятельное выполнение комплексов утренней гимнастики;
- владение комплексами упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища;
- в оздоровительных занятиях в режиме дня (физкультминутки);
- выполнение основных двигательных действий в соответствии с заданием учителя: бег, ходьба, прыжки и др.;
- подача и выполнение строевых команд, ведение подсчёта при выполнении общеразвивающих упражнений.
- совместное участие со сверстниками в подвижных играх и эстафетах;
- оказание посильной помощи и поддержки сверстникам в процессе участия в подвижных играх и соревнованиях;
- знание способов использования различного спортивного инвентаря в основных видах двигательной активности и их применение в практической деятельности;
- знание правил и техники выполнения двигательных действий, применение усвоенных правил при выполнении двигательных действий под руководством учителя;
- знание и применение правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием в повседневной жизни;
- соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

4 класс:

Минимальный уровень:

- представления о физической культуре как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- выполнение комплексов утренней гимнастики под руководством учителя;
- знание основных правил поведения на уроках физической культуры и осознанное их применение;
- выполнение несложных упражнений по словесной инструкции при выполнении строевых команд;
- представления о двигательных действиях;
- знание основных строевых команд;
- подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- ходьба в различном темпе с различными исходными положениями;
- взаимодействие со сверстниками в организации и проведении подвижных игр, элементов соревнований;
- участие в подвижных играх и эстафетах под руководством учителя;
- знание правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

Достаточный уровень:

- практическое освоение элементов гимнастики, легкой атлетики, лыжной подготовки, спортивных и подвижных игр и других видов физической культуры;
- самостоятельное выполнение комплексов утренней гимнастики;
- владение комплексами упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища; участие в оздоровительных занятиях в режиме дня (физкультминутки);
- выполнение основных двигательных действий в соответствии с заданием учителя: бег, ходьба, прыжки и др.;
- подача и выполнение строевых команд, ведение подсчёта при выполнении общеразвивающих упражнений.
- совместное участие со сверстниками в подвижных играх и эстафетах; оказание посильной помощи и поддержки сверстникам в процессе участия в подвижных играх и соревнованиях;
- знание спортивных традиций своего народа и других народов;
- знание способов использования различного спортивного инвентаря в основных видах двигательной активности и их применение в практической деятельности;
- знание правил и техники выполнения двигательных действий, применение усвоенных правил при выполнении двигательных действий под руководством учителя;
- знание и применение правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием в повседневной жизни;
- соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Содержание программы отражено в пяти разделах: «Знания о физической культуре», «Гимнастика», «Легкая атлетика», «Лыжная подготовка», «Игры». Каждый из перечисленных разделов включает некоторые теоретические сведения и материал для практической подготовки обучающихся.

Программой предусмотрены следующие виды работы:

- беседы о содержании и значении физических упражнений для повышения качества здоровья и коррекции нарушенных функций;
- выполнение физических упражнений на основе показа учителя;
- выполнение физических упражнений без зрительного сопровождения, под словесную инструкцию учителя;
- самостоятельное выполнение упражнений;
- занятия в тренирующем режиме;
- развитие двигательных качеств на программном материале гимнастики, легкой атлетики, формирование двигательных умений и навыков в процессе подвижных игр.

«Знания о физической культуре».

«Гимнастика».

Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения без предметов. Общеразвивающие и корректирующие упражнения с предметами. Коррекционные упражнения (для развития пространственно-временной дифференцировки и точности движений). Элементы акробатических упражнений. Лазанье. Висы.

«Легкая атлетика»

Лёгкая атлетика. Равновесие. Ходьба. Бег. Прыжки. Метание.

«Игры».

Игры. Подвижные игры. Коррекционные игры. Игры с элементами общеразвивающих упражнений. Игры с бегом и прыжками. Игры с бросанием, ловлей и метанием.

«Лыжная подготовка»

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА
«Физическая культура»

1 класс (99 часов)

Наименование разделов и тем учебного предмета	Количество часов	Основные виды деятельности обучающихся
1.Знания о физической культуре	5	1.Практические упражнения в соблюдении правил безопасности на уроках физкультуры. 2.Подготовка к уроку физкультуры (Одевание спортивной формы)
2.Гимнастика 2.1Строевые упражнения	32	1.Построения и перестроения
2.1Общеразвивающие упражнения без предметов		1.Выполнение различных общеразвивающих упражнений без предметов 2.Выполнение различных комплексов общеразвивающих и корригирующих упражнений
2.3Общеразвивающие и корригирующие упражнения с предметами		1.Выполнение различных комплексов с гимнастическими палками, флажками, малыми обручами, большими и малыми мячами
2.4Коррекционные упражнения (для развития пространственно- временной дифференцировки и точности движений)		1.Выполнение различных упражнения (для развития пространственно- временной дифференцировки и точности движений)
2.5Элементы акробатических упражнений		1.Выполнение перекатов в различных направлениях. 2.Выполнение группировок лёжа на спине, в упоре стоя на коленях.

2.6Лазанье		<p>1.Выполнение лазанья по гимнастической стенке попуская реек.</p> <p>2.Выполнение передвижение на четвереньках по коридору шириной 20—25 см, по гимнастической скамейке.</p> <p>3.Выполнение подлезание под препятствие и перелезание через горку матов и гимнастическую скамейку</p>
2.7Висы		1.Выполнение упора в положении присев и лежа на матах
3.Лёгкая атлетика 3.1Равновесие	24	<p>1.Выполнение ходьбы по коридору шириной 20 см.</p> <p>2.Выполнение стойки на носках (3—4 с).</p> <p>3.Выполнение ходьбы по гимнастической скамейке с различным положением рук.</p> <p>4.Выполнение кружения на месте и в движении</p>
3.2Ходьба		<p>1.Ходьба парами по кругу, взявшись за руки. 2.Обычная ходьба в умеренном темпе в колонне по одному в обход зала за учителем.</p> <p>3.Ходьба по прямой линии, ходьба на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы.</p> <p>4. Ходьба с сохранением правильной осанки.</p> <p>6. Ходьба в чередовании с бегом.</p> <p>7. Ходьба в медленном, среднем и быстром темпе.</p>
3.3Бег		1.Перебежки группами и по одному 15—20 м. 2.Медленный бег с сохранением правильной осанки, бег в колонне за учителем в заданном направлении.

		<p>3.Бег на носках.</p> <p>4. Бег с высоким подниманием бедра и захлестыванием голени назад.</p> <p>5.Чередование бега и ходьбы.</p>
3.4Прыжки		<p>1.Прыжки на двух ногах на месте и с продвижением вперед, назад, вправо, влево. 2.Перепрыгивание через начерченную линию, шнур, набивной мяч.</p> <p>3.Прыжки с ноги на ногу на отрезках.</p> <p>4.Подпрыгивание вверх на месте с захватом или касанием висящего предмета (мяча).</p> <p>5. Прыжки в длину с места. 6.Прыжки на одной ноге на месте, с продвижением вперед, в стороны.</p>
3.5Метание		<p>1.Правильный захват различных предметов для выполнения метания одной и двумя руками.</p> <p>2.Прием и передача мяча, флажков, палок в шеренге, по кругу, в колонне.</p> <p>3.Произвольное метание малых и больших мячей в игре.</p> <p>4.Метание с места малого мяча в стенку правой и левой рукой.</p> <p>5.Броски набивного мяча (1 кг) сидя двумя руками из-за головы.</p>
4.Игры	20	1.Игра в подвижные игры
4.1Подвижные игры		
4.2Коррекционные игры		1.Игра в коррекционные игры
4.3Игры с элементами общеразвивающих упражнений		1.Игра в игры с элементами общеразвивающих упражнений
4.6Игры с бегом и прыжками		1.Игра в игры с бегом и прыжками
4.7.Игры с бросанием, ловлей и метанием		1.Игра в игры с бросанием, ловлей и метанием
5.1Лыжная подготовка	18	<p>1.Выполнение строевых команд.</p> <p>2.Передвижение на лыжах. 3.Спуски</p> <p>4.Повороты</p> <p>5.Торможение</p> <p>6.Надевать и снимать лыжи и лыжные палки</p>

2 класс (102 часа)

Наименование разделов и тем учебного предмета	Количество часов	Основные виды деятельности обучающихся
1.Знания о физической культуре	9	1.Практические упражнения в соблюдении правил безопасности на уроках физкультуры. 2.Подготовка к уроку физкультуры (Одевание спортивной формы)
2.Гимнастика 2.1Строевые упражнения	32	1.Построения и перестроения
2.1Общеразвивающие упражнения без предметов		1.Выполнение различных общеразвивающих упражнений без предметов 2.Выполнение различных комплексов общеразвивающих и корригирующих упражнений
2.3Общеразвивающие и корригирующие упражнения с предметами		1.Выполнение различных комплексов с гимнастическими палками, флажками, малыми обручами, большими и малыми мячами, скакалками.
2.4Коррекционные упражнения (для развития пространственно-временной дифференцировки и точности движений)		1.Выполнение различных упражнения (для развития пространственно-временной дифференцировки и точности движений)
2.5Элементы акробатических упражнений		1.Выполнение перекатов в различных направлениях. 2.Выполнение группировок лёжа на спине, в упоре стоя на коленях. 3.Выполнение кувырка вперед по наклонному мату, стойка на лопатках, согнув ноги

2.6Лазанье		<p>1.Выполнение лазанье по наклонной гимнастической скамейке (угол 20°) одноименным и разноименным способами</p> <p>2.Выполнение передвижение на четвереньках по полу по кругу на скорость и с выполнением заданий (с толканием мяча).</p> <p>3.Выполнение перелезание со скамейки на скамейку произвольным способом</p>
2.7Висы		<p>1.Выполнение упора на гимнастической стенке в положении стоя, меняя рейки</p> <p>2.Выполнение в висе на гимнастической стенке сгибание и разгибание ног.</p>
3.Лёгкая атлетика 3.1Равновесие	29	<p>1.Выполнение ходьбы по коридору шириной 20 см.</p> <p>2.Выполнение стойки на носках (3—4 с).</p> <p>3.Выполнение ходьбы по гимнастической скамейке с различным положением рук.</p> <p>4.Выполнение кружения на месте и в движении</p>
3.2Ходьба		<p>1.Ходьба с различным положением рук: на пояс, к плечам, перед грудью, за голову.</p> <p>2. Ходьба с изменением направлений по ориентирам и командам учителя.</p> <p>3. Ходьба с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра.</p> <p>4.Ходьба с выполнением упражнений для рук в чередовании с другими движениями; со сменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т. д.</p>
3.3Бег		<p>1.Бег на носках.</p> <p>2. Бег на месте с высоким подниманием бедра</p> <p>3. Бег с высоким подниманием бедра и захлестыванием голени назад.</p> <p>4.Бег с преодолением простейших препятствий (канавки, под лезание под сетку, об бегание стойки и т. д.).</p> <p>5.Быстрый бег на скорость. 6.Медленный бег.</p>

3.4Прыжки		1.Подпрыгивание вверх на месте с захватом или касанием висящего предмета (мяча). 2. Прыжки в длину с места.
3.5Метание		1.Броски и ловля волейбольных мячей. 2.Метание колец на шесты. 3.Метание с места малого мяча в стенку правой и левой рукой. 4.Метание большого мяча двумя руками из-за головы и снизу с места в стену. 5.Броски набивного мяча (1 кг) сидя двумя руками из-за головы. 6.Метание мяча с места в цель левой и правой руками. 7.Метание теннисного мяча на дальность с места. 8.Броски набивного мяча (вес до 1 кг) различными способами двумя руками.
4.Игры 4.1Подвижные игры	14	1.Игра в подвижные игры
4.2Коррекционные игры		1.Игра в коррекционные игры
4.3Игры с элементами общеразвивающих упражнений		1.Игра в игры с элементами общеразвивающих упражнений
4.6Игры с бегом и прыжками		1.Игра в игры с бегом и прыжками
4.7.Игры с бросанием, ловлей и метанием		1.Игра в игры с бросанием, ловлей и метанием
5.1Лыжная подготовка.	18	1.Выполнение строевых команд. 2.Передвижение на лыжах. 3.Спуски 4.Повороты 5.Торможение 6.Надевать и снимать лыжи и лыжные палки

3 класс (102 часа)

Наименование разделов и тем учебного предмета	Количество часов	Основные виды деятельности обучающихся
---	---------------------	--

1.Знания о физической культуре	5	<p>1.Практические упражнения в соблюдении правил безопасности на уроках физкультуры.</p> <p>2.Подготовка к уроку физкультуры (Одевание спортивной формы)</p>
2.Гимнастика 2.1Строевые упражнения	32	1.Построения и перестроения
2.1Общеразвивающие упражнения без предметов		<p>1.Выполнение различных общеразвивающих упражнений без предметов</p> <p>2.Выполнение различных комплексов общеразвивающих и корригирующих упражнений</p>
2.3Общеразвивающие и корригирующие упражнения с предметами		1.Выполнение различных комплексов с гимнастическими палками, флажками, малыми обручами, большими и малыми мячами, скакалками, набивными мячами
2.4Коррекционные упражнения (для развития пространственно-временной дифференцировки и точности движений)		1.Выполнение различных упражнения (для развития пространственно-временной дифференцировки и точности движений)

2.5Элементы акробатических упражнений		<p>1.Выполнение перекатов в группировке</p> <p>2.Выполнение из положения лежа на спине «мостик». 3.Выполнение 2—3 кувырка вперед</p>
2.6Лазанье		<p>1.Выполнение лазанье по наклонной гимнастической скамейке (угол 20°) одноименным и разноименным способами</p> <p>2.Выполнение пролезание сквозь гимнастические обручи</p>
2.7Висы		<p>1.Выполнение висов на гимнастической стенке на согнутых руках</p> <p>2. Выполнение упоров на гимнастическом бревне и на скамейке, гимнастическом козле</p>
3.Лёгкая атлетика 3.1Равновесие	24	<p>1 Выполнение ходьбы по гимнастической скамейке с перешагиванием через предмет, по рейке гимнастической скамейки, с доставанием предметов с пола в положении приседа</p> <p>3.Выполнение стойки на одной ноге, другая в сторону, вперед, назад с различными положениями рук</p>
3.2Ходьба		<p>1. Ходьба в чередовании с бегом.</p> <p>2.Ходьба с изменением скорости.</p> <p>3.Ходьба с различным положением рук: на пояс, к плечам, перед грудью, за голову.</p> <p>4. Ходьба с изменением направлений по ориентирам и командам учителя.</p> <p>5.Ходьба с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра.</p> <p>6. Ходьба в медленном, среднем и быстром темпе.</p> <p>7.Ходьба с выполнением упражнений для рук в чередовании с другими движениями; со сменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т. д.</p>

3.3Бег		<p>1.Чередование бега и ходьбы на расстоянии.</p> <p>2. Быстрый бег на скорость. 3.Медленный бег.</p> <p>4.Высокий старт. 5.Челночный бег.</p> <p>6.Эстафеты</p>
3.4Прыжки		<p>1.Прыжки на двух ногах на месте и с продвижением вперед, назад, вправо, влево.</p> <p>2.Прыжки с ноги на ногу на отрезках.</p> <p>3. Прыжки в длину с места. 4.Прыжки на одной ноге на месте, с продвижением вперед, в стороны.</p> <p>5.Прыжки с небольшого разбега в длину.</p> <p>6.Прыжки с прямого разбега в длину</p> <p>7.Прыжки в высоту способом «перешагивание».</p>
3.5Метание		<p>1.Произвольное метание малых и больших мячей в игре.</p> <p>2.Броски и ловля волейбольных мячей. 3.Метание колец на шесты. 4.Метание с места малого мяча в стенку правой и левой рукой.</p> <p>5.Метание большого мяча двумя руками из-за головы и снизу с места в стену. 6.Броски набивного мяча (1 кг) сидя двумя руками из-за головы.</p> <p>7.Метание теннисного мяча с места одной рукой в стену и на дальность.</p> <p>8.Метание мяча с места в цель левой и правой руками. 9.Метание теннисного мяча на дальность с места.</p> <p>10. Броски набивного мяча (вес до 1 кг) различными способами двумя руками.</p>
4.Игры 4.1Подвижные игры	23	1.Игра в подвижные игры
4.2Коррекционные игры		1.Игра в коррекционные игры

4.3 Игры с элементами общеразвивающих упражнений		1. Игра в игры с элементами общеразвивающих упражнений
4.6 Игры с бегом и прыжками		1. Игра в игры с бегом и прыжками
4.7. Игры с бросанием, ловлей и метанием		1. Игра в игры с бросанием, ловлей и метанием
5.1 Лыжная подготовка.	18	1. Выполнение строевых команд. 2. Передвижение на лыжах. 3. Спуски 4. Повороты 5. Торможение 6. Надевать и снимать лыжи и лыжные палки

4 класс (102 часа)

Наименование разделов и тем учебного предмета	Количество часов	Основные виды деятельности обучающихся
1. Знания о физической культуре	5	1. Практические упражнения в соблюдении правил безопасности на уроках физкультуры. 2. Подготовка к уроку физкультуры (Одевание спортивной формы)
2. Гимнастика 2.1 Строевые упражнения	32	1. Построения и перестроения
2.1 Общеразвивающие упражнения без предметов		1. Выполнение различных общеразвивающих упражнений без предметов 2. Выполнение различных комплексов общеразвивающих и корригирующих упражнений

2.3Общеразвивающие и корректирующие упражнения с предметами		1.Выполнение различных комплексов с гимнастическими палками, флажками, малыми обручами, большими и малыми мячами, со скакалками, набивными мячами
2.4Коррекционные упражнения (для развития пространственно-временной дифференцировки и точности движений)		1.Выполнение различных упражнения (для развития пространственно-временной дифференцировки и точности движений)
2.5Элементы акробатических упражнений		1.Выполнение перекатов в группировке 2.Выполнение из положения лежа на спине «мостик». 3.Выполнение 2—3 кувырка вперед 4.Выполнение кувырка назад, комбинация из кувырков, «мостик» с помощью учителя
2.6Лазанье		1.Выполнение лазанье по гимнастической стенке с переходом на гимнастическую скамейку, установленную наклонно, и сплезание по ней произвольным способом. 2.Выполнение перелезание через бревно, коня, козла
2.7Висы		1.Выполнение висов на гимнастической стенке на согнутых руках 2. Выполнение упоров на гимнастическом бревне и на скамейке, гимнастическом козле
3.Лёгкая атлетика 3.1Равновесие	24	1 Выполнение ходьбы по гимнастической скамейке с перешагиванием через предмет, по рейке гимнастической скамейки, с доставанием предметов с пола в положении приседа 3.Выполнение стойки на одной ноге, другая в сторону, вперед, назад с различными положениями рук

3.2Ходьба		<p>1.Ходьба парами по кругу, взявшись за руки.</p> <p>2.Обычная ходьба в умеренном темпе в колонне по одному в обход зала за учителем.</p> <p>3.Ходьба по прямой линии, ходьба на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы.</p> <p>4. Ходьба с сохранением правильной осанки.</p> <p>6. Ходьба в чередовании с бегом.</p> <p>7.Ходьба с изменением скорости.</p> <p>8.Ходьба с различным положением рук: на пояс, к плечам, перед грудью, за голову.</p> <p>9. Ходьба с изменением направлений по ориентирам и командам учителя.</p> <p>10. Ходьба с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра.</p> <p>11. Ходьба в медленном, среднем и быстром темпе. 12.Ходьба с выполнением упражнений для рук в чередовании с другими движениями; со сменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т. д.</p>
3.3Бег		<p>1.Перебежки группами и по одному 15—20 м.</p> <p>2.Медленный бег с сохранением правильной осанки, бег в колонне за учителем в заданном направлении.</p> <p>3. Чередование бега и ходьбы на расстоянии.</p> <p>4.Бег на носках.</p> <p>5. Бег на месте с высоким подниманием бедра</p> <p>6. Бег с высоким подниманием бедра и захлестыванием голени назад.</p> <p>7.Бег с преодолением простейших препятствий (канавки, под лезание под сетку, об бегание стойки и т. д.).</p> <p>8. Быстрый бег на скорость. 9.Медленный бег. 10.Чередование бега и ходьбы.</p> <p>11Высокий старт.</p>

		12 Низкий старт. 13.Челночный бег.
3.4Прыжки		<p>1.Прыжки на двух ногах на месте и с продвижением вперед, назад, вправо, влево.</p> <p>2.Перепрыгивание через начерченную линию, шнур, набивной мяч.</p> <p>3.Прыжки с ноги на ногу на отрезках до.</p> <p>4.Подпрыгивание вверх на месте с захватом или касанием висающего предмета (мяча).</p> <p>5. Прыжки в длину с места. 6.Прыжки на одной ноге на месте, с продвижением вперед, в стороны.</p> <p>7. Прыжки с небольшого разбега в длину.</p> <p>8.Прыжки с прямого разбега в длину</p> <p>9.Прыжки в высоту с прямого разбега способом «согнув ноги».</p> <p>10. Прыжки в высоту способом «перешагивание».</p>
3.5Метание		<p>1.Правильный захват различных предметов для выполнения метания одной и двумя руками.</p> <p>2.Прием и передача мяча, флажков, палок в шеренге, по кругу, в колонне.</p> <p>3.Произвольное метание малых и больших мячей в игре.</p> <p>4.Броски и ловля волейбольных мячей.</p> <p>5.Метание колец на шесты. 6.Метание с места малого мяча в стенку правой и левой рукой.</p> <p>7.Метание большого мяча двумя руками из-за головы и снизу с места в стену. 8.Броски набивного мяча (1 кг) сидя двумя руками из-за головы.</p> <p>9.Метание теннисного мяча с места одной рукой в стену и на дальность.</p> <p>10.Метание мяча с места в цель левой и правой руками. 11Метание теннисного мяча на дальность с места.</p> <p>12. Броски набивного мяча (вес до 1 кг) различными способами двумя руками.</p>
4.Игры 4.1Подвижные игры	23	1.Игра в подвижные игры
4.2Коррекционные игры		1.Игра в коррекционные игры
4.3Игры с элементами общеразвивающих упражнений		1.Игра в игры с элементами общеразвивающих упражнений

4.6Игры с бегом и прыжками		1.Игра в игры с бегом и прыжками
4.7.Игры с бросанием, ловлей и метанием		1.Игра в игры с бросанием, ловлей и метанием
4.8Пионербол		1.Игра в пионербол
5.1 <i>Лыжная подготовка.</i>	18	1.Выполнение строевых команд. 2.Передвижение на лыжах. 3.Спуски 4.Повороты 5.Торможение 6.Надевать и снимать лыжи и лыжные палки

Календарно-тематическое планирование по физической культуре в 1 классе.

Количество часов:

всего 99 часов, в неделю 3 часов.

№ п/п	Дата урока по плану	Дата урока по факту	Тема урока	Коррекционно-развивающая направленность	Корректировка
1.			Меры безопасности на уроках физической культуры. Личная гигиена, солнечные и воздушные ванны.	коррекция нарушений физического развития;	
2.			Бег 30м.	формирование двигательных умений и навыков;	
3			Челночный бег 4/9	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	
4			Прыжок в длину с места	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	
5			Прыжок в длину с места	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	
6			Прыжок в длину с разбега	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
7			Метание малого мяча	формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	
8			Повторение .Метание мяча с разбега	поддержание устойчивой физической работоспособности	
9			Правила выполнения комплекса утренней гигиенической гимнастики Прыжки в	коррекция нарушений физического развития;	

			длину с места.		
10			Правила выполнения упражнений для правильной осанки Комплекс утренней гимнастики. Спортивные игры	формирование двигательных умений и навыков;	
11			Знания и представлений учащихся о современных средствах физического воспитания. Метание теннисного мяча в цель с отскоком от пола и его ловлей.	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	
12			Упражнения на развитие пресса. Бег на перегонки с высокого старта	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	
13			Бег с преодолением препятствий. Метание малого мяча на дальность с трех шагов с разбега (ширина коридора 10 м).	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	
14			Совершенствование навыков положения туловища, головы, рук, постановки ноги в технике спортивной ходьбы. Висы и упоры	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
15			Формирование знаний и представлений учащихся о правилах дыхания при выполнении физических	формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	

			упражнений. Повторный бег на дистанции 30—60 м.		
16			Правила выполнения комплекса утренней гигиенической гимнастики Прыжки в длину с места.	поддержание устойчивой физической работоспособности	
17			Значение физической культуры для здорового образа жизни. Меры безопасности в закрытом зале.	коррекция нарушений физического развития;	
18			Режим дня учащегося в разные времена года. Комплекс утренней гимнастики.	формирование двигательных умений и навыков;	
19			Обще развивающие упражнения Разучивание 2-3 спортивных игр.	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	
20			Строевые упражнения.Сдача рапорта. Повороты кругом переступанием. Перестроение из колонны по одному, по два (по три,). Челночный бег 3x10 м .	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	
21			Правила подвижных игр. Подтягивание на перекладине. Строевые упражнения.	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	
22			Обще развивающие упражнения. Бег с	раскрытие возможных избирательных способностей и	

			ходьбой	интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
23			Меры предупреждения опасности на водах, на улице. Упражнения на дыхание.	формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	
24			Меры предупреждения опасности на водах, на улице. Упражнения на дыхание.	поддержание устойчивой физической работоспособности	
25			положения стоя ноги врозь: повороты туловища в стороны с расслабленным поясом верхних	коррекция нарушений физического развития;	
26			Медленный бег с сохранением осанки. Игра «Слушай сигнал».	формирование двигательных умений и навыков;	
27			Перебежки группами и по одному. Прыжки в длину с места.	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	
28			Медленный бег. Игра «Запомни порядок».	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	
29			Ходьба с сохранением правильной осанки на носках, на пятках.	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	
30			Чередование ходьбы и бега.	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
31			Медленный бег с	формирование и воспитание	

			сохранением осанки в колонне. Прыжки в длину с места.	гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	
32			Чередование ходьбы и бега. Прыжки в длину с места.	поддержание устойчивой физической работоспособности	
33			Размыкание на вытянутые руки в колонне, в шеренге. Подвижные игры с мячом.	коррекция нарушений физического развития;	
34			Прыжки в длину с места. Игра «Космонавты».	формирование двигательных умений и навыков;	
35			Метание м/мяч с места правой и левой рукой.	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	
36			Повороты по ориентирам. Ходьба по заданным ориентирам в медленном темпе.	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	
37			Эстафеты с предметами.	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	
38			Построение в колонну по одному, равнение в затылок. Перебежки группами.	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
39			Перестроение из одной шеренги в круг, взявшись за руки. Прыжки в длину с места.	формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	
40			Бег 30м. Подвижные игры с мячом.	поддержание устойчивой физической работоспособности	

41			Эстафеты с предметами.	коррекция нарушений физического развития;	
42			Выполнение команд «Встать», «Сесть», «Пошли», «Побежали».	формирование двигательных умений и навыков;	
43			Передвижение на четвереньках. Игры на внимание.	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	
44			Перестроение из 1 шеренги в круг, взявшись за руки. Комплекс упражнений с м/мячами.	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	
45			Упражнения на осанку. Подлезание под препятствие.	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	
46			Размыкание на вытянутые руки в шеренге, в колонне. Подвижные игры с бегом и прыжками.	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
47			Повороты по ориентирам. Подлезание под препятствие.	формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	
48			Строевые упражнения. Чередование бега и ходьбы.	поддержание устойчивой физической работоспособности	
49			Медленный бег с сохранением осанки, в колонне за учителем. Занятия на	коррекция нарушений физического развития;	

			тренажерах.		
50			Размыкание на вытянутые руки в шеренге, в колонне. Подвижные игры с мячом.	формирование двигательных умений и навыков;	
51			ОРУ с гимнастическими палками. Лазание по гимнастической скамейке.	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	
52			Строевые упражнения. Занятие с большими мячами.	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	
53			Подлезание под препятствие. Игра «Петрушка».	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	
54			Передвижение на четвереньках по гимнастической скамейке. Занятия на тренажерах.	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
55			Лазание по скамейке. Перелезание через скамейку с опорой на одну руку.	формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	
56			Построение в колонну по одному, равнение в затылок. Подвижные игры с мячом.	поддержание устойчивой физической работоспособности	
57			Занятия на тренажерах.	коррекция нарушений физического развития;	
58			Учить группировке лежа на спине, в упоре стоя на коленях.	формирование двигательных умений и навыков;	

59			Совершенствовать группировку лежа на спине, в упоре стоя на коленях.	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	
60			Перекаты в положении лежа в разные стороны.	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	
61			Эстафеты с предметами.	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	
62			Размыкание на вытянутые руки в шеренге, в колонне. Ходьба по скамейке с различным положением рук.	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
63			Подвижные игры с мячом.	формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	
64			Эстафеты с предметами.	поддержание устойчивой физической работоспособности	
65			Ходьба парами, взявшись за руки. Перебежки группами.	коррекция нарушений физического развития;	
66			Эстафеты с преодолением препятствий.	формирование двигательных умений и навыков;	
67			Равновесие на гимнастической скамейке. Упражнения с м/мячами.	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	
68			Упражнения с м/мячами. Равновесие на скамейке.	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	

69			Прыжки со скакалкой. Подвижные игры с бегом.	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	
70			Строевые упражнения. Ходьба по коридору 20см.	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
71			ОРУ через игру. Эстафеты с мячами.	формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	
72			Стойка на носках (3-4с).	поддержание устойчивой физической работоспособности	
73			Эстафеты с предметами.	коррекция нарушений физического развития;	
74			Ходьба по заданным направлениям в медленном темпе.	формирование двигательных умений и навыков;	
75			Произвольное лазание по скамейке.	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	
76			Медленный бег с сохранением осанки.	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	
77			Перебежки группами и по одному.	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	
78			Строевые упражнения. Ходьба в чередовании с бегом (15м- 15м).	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
79			Прыжки в длину с	формирование и воспитание	

			места.	гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	
80			Медленный бег с сохранением осанки, в колонне за учителем с изменением направлений. Прыжки в длину с места.	поддержание устойчивой физической работоспособности	
81			Учить метанию м/мяча. Прыжки в длину с места.	коррекция нарушений физического развития;	
82			Совершенствовать метание м/мяча с места правой и левой рукой.	формирование двигательных умений и навыков;	
83			Чередование бега с ходьбой до 30м.	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	
84			Бег 30м - учет.	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	
85			Эстафеты с элементами лазанья и перелезаний.	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	
86			Прыжки в длину с места - учет.	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
87			Эстафеты с предметами.	формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	
88			Метание м/мяча с места правой и левой рукой - учет.	поддержание устойчивой физической работоспособности	

89			Подвижные игры с мячом.	коррекция нарушений физического развития;	
90			Прыжки в длину с места. Игра «Космонавты».	формирование двигательных умений и навыков;	
91			Метание м/мяч с места правой и левой рукой.	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	
92			Повороты по ориентирам. Ходьба по заданным ориентирам в медленном темпе.	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	
93			Эстафеты с предметами.	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	
94			Построение в колонну по одному, равнение в затылок. Перебежки группами.	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
95			Перестроение из одной шеренги в круг, взявшись за руки. Прыжки в длину с места.	формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	
96			Бег 30м. Подвижные игры с мячом.	поддержание устойчивой физической работоспособности	
97			Эстафеты с предметами.	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	
98			Выполнение команд «Встать», «Сесть», «Пошли», «Побежали».	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	

99			Передвижение на четвереньках. Игры на внимание.	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
----	--	--	---	---	--

Календарно-тематическое планирование по физической культуре во 2 классе.

Количество часов:

всего 102 часов, в неделю 3 часов.

№ п/п	Дата урока по плану	Дата урока по факту	Тема урока	Коррекционно-развивающая направленность	Корректировка
1.			Легкая атлетика Меры безопасности на уроках физической культуры. Личная гигиена, солнечные и воздушные ванны.	коррекция нарушений физического развития;	
2.			Бег 30м.	формирование двигательных умений и навыков;	
3			наклон вперед из и.п. сидя; прыжок в длину с места	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	
4			Гигиенические знания о режиме дня учащегося. Ходьба на носках с высоким подниманием бедра.	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	
5			Гигиенические знания о режиме дня учащегося. Ходьба на носках с высоким подниманием бедра.	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	

6			Гигиенические знания о значении занятий физическими упражнениями в режиме дня для здоровья, хорошего настроения учебы. Бег с преодолением малых препятствий.	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
7			Челночный бег 4 /9м	формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	
8			Чередование бега с ходьбой	поддержание устойчивой физической работоспособности	
9			Бег широким шагом на носках по прямой(коридор 20-30)	коррекция нарушений физического развития;	
10			Правила выполнения комплекса утренней гигиенической гимнастики Прыжки в длину с места.	формирование двигательных умений и навыков;	
11			Правила выполнения упражнений для правильной осанки Комплекс утренней гимнастики. Спортивные игры	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	
12			Знания и представлений учащихся о современных средствах физического воспитания. Метание теннисного мяча в цель с отскоком от пола и его ловлей.	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	
13			Упражнения на развитие пресса. Бег на перегонки с высокого	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	

			старта		
14			Бег с преодолением препятствий. Метание малого мяча на дальность с трех шагов с разбега (ширина коридора 10 м).	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
15			Совершенствование навыков положения туловища, головы, рук, постановки ноги в технике спортивной ходьбы. Висы и упоры	формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	
16			Значение физической культуры для здорового образа жизни. Меры безопасности в закрытом зале.	поддержание устойчивой физической работоспособности	
17			Обще развивающие упражнения Разучивание 2-3 спортивных игр.	коррекция нарушений физического развития;	
18			<i>Строевые упражнения.</i> Сдача рапорта. Повороты кругом переступанием. Перестроение из колонны по одному, по два (по три,). Челночный бег 3х10 м	формирование двигательных умений и навыков;	
19			Метание мяча на дальность	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	
20			Метание мяча на дальность	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	
21			Правила подвижных	развитие двигательных способностей	

			игр. Подтягивание на перекладине. Строевые упражнения.	в процессе обучения;	
22			Обще развивающие упражнения. Бег с ходьбой	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
23			Меры предупреждения опасности на водах, на улице. Упражнения на дыхание.	формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	
24			Меры предупреждения опасности на водах, на улице. Упражнения на дыхание.	поддержание устойчивой физической работоспособности	
25			Правила закаливания. Легкий бег на месте от 5 до 10 с.	коррекция нарушений физического развития;	
26			Гимнастика Здоровый образ жизни, его значение для человека. Упражнения для развития пространственно-временной ориентировки и точности движений	формирование двигательных умений и навыков;	
27			Кувырок вперед	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	
28			Кувырок назад	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	

29			Лазанье по гимнастической стенке вверх и вниз, по словесной инструкции учителя.	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	
30			Обще развивающие упражнения. Бег с ходьбой	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
31			Наклон туловища. Лазанье и перелезание.	формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	
32			Спортивные игры.	поддержание устойчивой физической работоспособности	
33			Безопасность при зимних спортивных играх. Лазанье по наклонной гимнастической скамейке под углом 45°.	коррекция нарушений физического развития;	
34			Обще развивающие упражнения. Подлезание под несколько препятствий высотой 40 см	формирование двигательных умений и навыков;	
35			Упражнения на координацию движения.	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	
36			Вис на канате с захватом его ногами скрестно	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	
37			Упражнения на координацию движения Бег с различной скоростью.	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	

38			Подлезание через 2—3 препятствия разной высоты (до 1 м).	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
39			Подвижные и Спортивные игры Правила подвижных игр Спортивные игры..	формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	
40			Правила подвижных игр Спортивные игры	поддержание устойчивой физической работоспособности	
41			Пионербол. Изучение правил игры, расстановка игроков и правила их перемещения на площадке.	коррекция нарушений физического развития;	
42			Обще развивающие упражнения. Передача набивного мяча весом 2 кг в колонне и шеренге.	формирование двигательных умений и навыков;	
43			Правила игры в баскетбол, правила поведения учащихся при выполнении упражнений с мячом. Упражнения с набивным мячом.	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	
44			Тактические действия. Бросок в кольцо с места.	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	
45			Ведение мяча. Спортивные игры.	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	
46			Обще развивающие упражнения. Переноска груза и передача	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения	

			предметов.	доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
47			Упражнения на гибкость. Жонглирование мяча.	формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	
48			Наклоны в перед из положения сидя. Здоровый образ жизни, его значение для человека.	поддержание устойчивой физической работоспособности	
49			Стойка баскетболиста. Передвижение в стойке вправо, влево, вперед, назад.	коррекция нарушений физического развития;	
50			Бросок в кольцо в движении. Бег с преодолением препятствий..	формирование двигательных умений и навыков;	
51			Двухсторонняя игра	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	
52			Строевые упражнения. Обще развивающие упражнения .	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	
53			Правила выполнения тестов для оценки физической подготовленности Медленный бег (до 5 мин)	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	
54			Роль физкультурной деятельности в жизни человека. Спортивные игры	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	

55			Броски и ловля мяча в баскетболе	формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	
56			Штрафной бросок. Двухсторонняя игра. Развитие выносливости..	поддержание устойчивой физической работоспособности	
57			Правила игры в пионербол. Подача мяча в пионерболе.	коррекция нарушений физического развития;	
58			Прием мяча снизу. Тактические действия	формирование двигательных умений и навыков;	
59			Передача мяча снизу. Спортивные игры	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	
60			Передача мяча сверху. Спортивные игры	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	
61			Двухсторонняя игра. Совершенствование техники бега на скорость.	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	
62			Техника безопасности при беговых, прыжковых, метательных упражнениях. Обще развивающие упражнения	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
63			Метание мяча с разбега.	формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	

64			Метание мяча с разбега.	поддержание устойчивой физической работоспособности	
65			Пионербол. Двухсторонняя игра	коррекция нарушений физического развития;	
66			Спортивные игры	формирование двигательных умений и навыков;	
67			Игры	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	
68			Ходьба парами, взявшись за руки. Перебежки группами.	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	
69			Эстафеты с преодолением препятствий.	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	
70			Равновесие на гимнастической скамейке. Упражнения с м/мячами.	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
71			Упражнения с м/мячами. Равновесие на скамейке.	формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	
72			Прыжки со скакалкой. Подвижные игры с бегом.	поддержание устойчивой физической работоспособности	
73			Строевые упражнения. Ходьба по коридору 20см.	коррекция нарушений физического развития;	
74			ОРУ через игру. Эстафеты с мячами.	формирование двигательных умений и навыков;	

75			Стойка на носках (3-4с).	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	
76			Эстафеты с предметами.	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	
77			Ходьба по заданным направлениям в медленном темпе.	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	
78			Произвольное лазание по скамейке.	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
79			Медленный бег с сохранением осанки.	формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	
80			Перебежки группами и по одному.	поддержание устойчивой физической работоспособности	
81			Строевые упражнения. Ходьба в чередовании с бегом (15м- 15м).	коррекция нарушений физического развития;	
82			Прыжки в длину с места.	формирование двигательных умений и навыков;	
83			Медленный бег с сохранением осанки, в колонне за учителем с изменением направлений. Прыжки в длину с места.	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	

84			Учить метанию м/мяча. Прыжки в длину с места.	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	
85			Совершенствовать метание м/мяча с места правой и левой рукой.	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	
86			Чередование бега с ходьбой до 30м.	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
87			Бег 30м - учет.	формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	
88			Эстафеты с элементами лазанья и перелезаний.	поддержание устойчивой физической работоспособности	
89			Прыжки в длину с места - учет.	коррекция нарушений физического развития;	
90			Эстафеты с предметами.	формирование двигательных умений и навыков;	
91			Метание м/мяча с места правой и левой рукой - учет.	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	
92			Подвижные игры с мячом.	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	
93			Прыжки в длину с места. Игра «Космонавты».	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	
94			Метание м/мяч с места правой и левой рукой.	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения	

				доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
95			Повороты по ориентирам. Ходьба по заданным ориентирам в медленном темпе.	формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	
96			Эстафеты с предметами.	поддержание устойчивой физической работоспособности	
97			Построение в колонну по одному, равнение в затылок.	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	
98			Перестроение из одной шеренги в круг, взявшись за руки.	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	
99			Перебежки группами.	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
100			Бег 30м. Подвижные игры с мячом.	коррекция нарушений физического развития;	
101			Прыжки в длину с места.	формирование двигательных умений и навыков;	
102			Итоговый урок	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	

Календарно-тематическое планирование по физической культуре в 3 классе.

Количество часов:

всего 102 часов, в неделю 3 часа.

№ п/п	Дата урока по	Дата урока по	Тема урока	Коррекционно-развивающая направленность	Корректировка
-------	---------------	---------------	------------	---	---------------

	плану	факту			
1.			Легкая атлетика Меры безопасности на уроках физической культуры. Личная гигиена, солнечные и воздушные ванны.	коррекция нарушений физического развития;	
2.			Бег 30м.	формирование двигательных умений и навыков;	
3			Челночный бег 4/9	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	
4			Прыжок в длину с места	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	
5			Прыжок в длину с места	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	
6			Прыжок в длину с разбега	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
7			Прыжок в длину с разбега	формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	
8			Бег 60м	поддержание устойчивой физической работоспособности	
9			Бег широким шагом на носках по прямой (коридор-20-30)	коррекция нарушений физического развития;	
10			Правила выполнения комплекса утренней гигиенической гимнастики Прыжки в	формирование двигательных умений и навыков;	

			длину с места.		
11			Правила выполнения упражнений для правильной осанки Комплекс утренней гимнастики. Спортивные игры	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	
12			Знания и представлений учащихся о современных средствах физического воспитания. Метание теннисного мяча в цель с отскоком от пола и его ловлей.	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	
13			Упражнения на развитие пресса. Бег на перегонки с высокого старта	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	
14			Бег с преодолением препятствий. Метание малого мяча на дальность с трех шагов с разбега (ширина коридора 10 м).	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
15			Совершенствование навыков положения туловища, головы, рук, постановки ноги в технике спортивной ходьбы. Висы и упоры	формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	
16			Формирование знаний и представлений учащихся о правилах дыхания при выполнении физических упражнений. Повторный бег на дистанции 30—60 м.	поддержание устойчивой физической работоспособности	

17			Значение физической культуры для здорового образа жизни. Меры безопасности в закрытом зале.	коррекция нарушений физического развития;	
18			Режим дня учащегося в разные времена года. Комплекс утренней гимнастики.	формирование двигательных умений и навыков;	
19			Обще развивающие упражнения Разучивание 2-3 спортивных игр.	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	
20			Строевые упражнения. Сдача рапорта. Повороты кругом переступанием. Перестроение из колонны по одному, по два (по три,). Челночный бег 3х10 м .	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	
21			Правила подвижных игр. Подтягивание на перекладине. Строевые упражнения.	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	
22			Обще развивающие упражнения. Бег с ходьбой	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
23			Меры предупреждения опасности на водах, на улице. Упражнения на дыхание.	формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	
24			Меры предупреждения опасности на водах, на улице. Упражнения на дыхание.	поддержание устойчивой физической работоспособности	

25			Положения стоя ноги врозь: повороты туловища в стороны с расслабленным поясом верхних	коррекция нарушений физического развития;	
26			Правила закаливания. Легкий бег на месте от 5 до 10 с.	формирование двигательных умений и навыков;	
27			Гимнастика Здоровый образ жизни, его значение для человека. Упражнения для развития пространственно-временной ориентировки и точности движений	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	
28			Кувырок вперед	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	
29			Кувырок назад	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	
30			Лазанье по гимнастической стенке вверх и вниз, по словесной инструкции учителя.	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
31			Обще развивающие упражнения. Бег с ходьбой	формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	
32			Наклон туловища. Лазанье и перелезание.	поддержание устойчивой физической работоспособности	
33			Спортивные игры.	коррекция нарушений физического развития;	

34			Безопасность при зимних спортивных играх. Лазанье по наклонной гимнастической скамейке под углом 45°.	формирование двигательных умений и навыков;	
35			Обще развивающие упражнения. Подлезание под несколько препятствий высотой 40 см	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	
36			Упражнения на координацию движения.	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	
37			Вис на канате с захватом его ногами скрестно	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	
38			Упражнения на координацию движения Бег с различной скоростью.	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
39			Подлезание через 2—3 препятствия разной высоты (до 1 м).	формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	
40			Подвижные и Спортивные игры Правила подвижных игр Спортивные игры..	поддержание устойчивой физической работоспособности	
41			Правила подвижных игр Спортивные игры	коррекция нарушений физического развития;	
42			Пионербол. Изучение правил игры, расстановка игроков и правила их	формирование двигательных умений и навыков;	

			перемещения на площадке.		
43			Обще развивающие упражнения. Передача набивного мяча весом 2 кг в колонне и шеренге.	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	
44			Правила игры в баскетбол, правила поведения учащихся при выполнении упражнений с мячом. Упражнения с набивным мячом.	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	
45			Тактические действия. Бросок в кольцо с места.	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	
46			Ведение мяча. Спортивные игры.	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
47			Обще развивающие упражнения. <i>Переноска груза и передача предметов.</i>	формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	
48			Упражнения на гибкость. Жонглирование мяча.	поддержание устойчивой физической работоспособности	
49			Наклоны в перед из положения сидя. Здоровый образ жизни, его значение для человека.	коррекция нарушений физического развития;	
50			Стойка баскетболиста. Передвижение в стойке вправо, влево, вперед, назад.	формирование двигательных умений и навыков;	

51			Бросок в кольцо в движении. Бег с преодолением препятствий..	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	
52			Двухсторонняя игра	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	
53			Строевые упражнения. Обще развивающие упражнения .	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	
54			Правила выполнения тестов для оценки физической подготовленности Медленный бег (до 5 мин)	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
55			Роль физкультурной деятельности в жизни человека. Спортивные игры	формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	
56			Броски и ловля мяча в баскетболе	поддержание устойчивой физической работоспособности	
57			Штрафной бросок. Двухсторонняя игра. Развитие выносливости..	коррекция нарушений физического развития;	
58			Правила игры в пионербол. Подача мяча в пионерболе.	формирование двигательных умений и навыков;	
59			Прием мяча снизу. Тактические действия	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	
60			Передача мяча снизу. Спортивные игры	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	

61			Передача мяча сверху. Спортивные игры	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	
62			Двухсторонняя игра. Совершенствование техники бега на скорость.	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно- физкультурной деятельности;	
63			Техника безопасности при беговых, прыжковых, метательных упражнениях. Обще развивающие упражнения	формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	
64			Метание мяча с разбега.	поддержание устойчивой физической работоспособности	
65			Метание мяча с разбега.	коррекция нарушений физического развития;	
66			Пионербол. Двухсторонняя игра	формирование двигательных умений и навыков;	
67			Спортивные игры	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	
68			Спортивные игры	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	
69			Игры	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	
70			Правила выполнения комплекса утренней гигиенической гимнастики Прыжки в	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-	

			длину с места.	физкультурной деятельности;	
71			Правила выполнения упражнений для правильной осанки Комплекс утренней гимнастики. Спортивные игры	формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	
72			Знания и представлений учащихся о современных средствах физического воспитания. Метание теннисного мяча в цель с отскоком от пола и его ловлей.	поддержание устойчивой физической работоспособности	
73			Упражнения на развитие пресса. Бег на перегонки с высокого старта	коррекция нарушений физического развития;	
74			Бег с преодолением препятствий. Метание малого мяча на дальность с трех шагов с разбега (ширина коридора 10 м).	формирование двигательных умений и навыков;	
75			Совершенствование навыков положения туловища, головы, рук, постановки ноги в технике спортивной ходьбы. Висы и упоры	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	
76			Формирование знаний и представлений учащихся о правилах дыхания при выполнении физических упражнений. Повторный бег на дистанции 30—60 м.	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	

77			Значение физической культуры для здорового образа жизни. Меры безопасности в закрытом зале.	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	
78			Режим дня учащегося в разные времена года. Комплекс утренней гимнастики.	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
79			Обще развивающие упражнения Разучивание 2-3 спортивных игр.	формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	
80			Строевые упражнения. Сдача рапорта. Повороты кругом переступанием. Перестроение из колонны по одному, по два (по три,). Челночный бег 3х10 м .	поддержание устойчивой физической работоспособности	
81			Правила подвижных игр. Подтягивание на перекладине. Строевые упражнения.	коррекция нарушений физического развития;	
82			Обще развивающие упражнения. Бег с ходьбой	формирование двигательных умений и навыков;	
83			Меры предупреждения опасности на водах, на улице. Упражнения на дыхание.	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	
84			Меры предупреждения опасности на водах, на улице. Упражнения на дыхание.	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	
85			положения стоя ноги	развитие двигательных способностей	

			врозь: повороты туловища в стороны с расслабленным поясом верхних	в процессе обучения;	
86			Медленный бег с сохранением осанки. Игра «Слушай сигнал».	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
87			Перебежки группами и по одному. Прыжки в длину с места.	формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	
88			Медленный бег. Игра «Запомни порядок».	поддержание устойчивой физической работоспособности	
89			Ходьба с сохранением правильной осанки на носках, на пятках.	коррекция нарушений физического развития;	
90			Чередование ходьбы и бега.	формирование двигательных умений и навыков;	
91			Медленный бег с сохранением осанки в колонне. Прыжки в длину с места.	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	
92			Чередование ходьбы и бега. Прыжки в длину с места.	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	
93			Размыкание на вытянутые руки в колонне, в шеренге. Подвижные игры с мячом.	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	
94			Прыжки в длину с места. Игра «Космонавты».	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения	

				доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
95			Метание м/мяч с места правой и левой рукой.	формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	
96			Повороты по ориентирам.	поддержание устойчивой физической работоспособности	
97			Ходьба по заданным ориентирам в медленном темпе.	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	
98			Эстафеты с предметами.	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	
99			Построение в колонну по одному, равнение в затылок.	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
100			Перебежки группами.	коррекция нарушений физического развития;	
101			Перестроение из одной шеренги в круг, взявшись за руки.	формирование двигательных умений и навыков;	
102			Прыжки в длину с места. Итоговый урок.	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	

Календарно-тематическое планирование по физической культуре в 4 классе

Количество часов:

всего 102 часа, в неделю 3 часа.

№ п/п	Дата урока по плану	Дата урока по факту	Тема урока	Коррекционно-развивающая направленность	Корректировка
1.			Легкая атлетика Меры безопасности на уроках физической культуры. Личная гигиена, солнечные и воздушные ванны.	коррекция нарушений физического развития;	
2.			Бег 30м.	формирование двигательных умений и навыков;	
3			Челночный бег 4/9	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	
4			Прыжок в длину с места	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	
5			Прыжок в длину с места	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	
6			Прыжок в длину с разбега	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
7			Прыжок в длину с разбега	формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	
8			Бег 60м	поддержание устойчивой физической работоспособности	
9			Бег широким шагом на носках по прямой	коррекция нарушений физического развития;	

			(коридор-20-30)		
10			Правила выполнения комплекса утренней гигиенической гимнастики Прыжки в длину с места.	формирование двигательных умений и навыков;	
11			Правила выполнения упражнений для правильной осанки Комплекс утренней гимнастики. Спортивные игры	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	
12			Знания и представлений учащихся о современных средствах физического воспитания. Метание теннисного мяча в цель с отскоком от пола и его ловлей.	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	
13			Упражнения на развитие пресса. Бег на перегонки с высокого старта	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	
14			Бег с преодолением препятствий. Метание малого мяча на дальность с трех шагов с разбега (ширина коридора 10 м).	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
15			Совершенствование навыков положения туловища, головы, рук, постановки ноги в технике спортивной ходьбы. Висы и упоры	формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	
16			Формирование знаний и представлений учащихся о правилах дыхания при выполнении	поддержание устойчивой физической работоспособности	

			физических упражнений. Повторный бег на дистанции 30—60 м.		
17			Значение физической культуры для здорового образа жизни. Меры безопасности в закрытом зале.	коррекция нарушений физического развития;	
18			Режим дня учащегося в разные времена года. Комплекс утренней гимнастики.	формирование двигательных умений и навыков;	
19			Обще развивающие упражнения Разучивание 2-3 спортивных игр.	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	
20			Строевые упражнения. Сдача рапорта. Повороты кругом переступанием. Перестроение из колонны по одному, по два (по три,). Челночный бег 3х10 м .	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	
21			Правила подвижных игр. Подтягивание на перекладине. Строевые упражнения.	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	
22			Обще развивающие упражнения. Бег с ходьбой	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
23			Меры предупреждения опасности на водах, на улице. Упражнения на дыхание.	формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	
24			Меры	поддержание устойчивой физической	

			предупреждения опасности на водах, на улице. Упражнения на дыхание.	работоспособности	
25			положения стоя ноги врозь: повороты туловища в стороны с расслабленным поясом верхних	коррекция нарушений физического развития;	
26			Правила закаливания. Легкий бег на месте от 5 до 10 с.	формирование двигательных умений и навыков;	
27			Гимнастика Здоровый образ жизни, его значение для человека. Упражнения для развития пространственно-временной ориентировки и точности движений	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	
28			Кувырок вперед	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	
29			..Кувырок назад	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	
30			Лазанье по гимнастической стенке вверх и вниз, по словесной инструкции учителя.	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
31			Обще развивающие упражнения. Бег с ходьбой	формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	
32			Наклон туловища. Лазанье и перелезание.	поддержание устойчивой физической работоспособности	

33			Спортивные игры.	коррекция нарушений физического развития;	
34			Безопасность при зимних спортивных играх. Лазанье по наклонной гимнастической скамейке под углом 45°.	формирование двигательных умений и навыков;	
35			Обще развивающие упражнения. Подлезание под несколько препятствий высотой 40 см	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	
36			Упражнения на координацию движения.	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	
37			Вис на канате с захватом его ногами скрестно	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	
38			Упражнения на координацию движения Бег с различной скоростью.	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
39			Подлезание через 2—3 препятствия разной высоты (до 1 м).	формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	
40			Подвижные и Спортивные игры Правила подвижных игр Спортивные игры..	поддержание устойчивой физической работоспособности	
41			Правила подвижных игр Спортивные игры	коррекция нарушений физического развития;	
42			Пионербол. Изучение	формирование двигательных умений	

			правил игры, расстановка игроков и правила их перемещения на площадке.	и навыков;	
43			Обще развивающие упражнения. Передача набивного мяча весом 2 кг в колонне и шеренге.	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	
44			Правила игры в баскетбол, правила поведения учащихся при выполнении упражнений с мячом. Упражнения с набивным мячом.	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	
45			Тактические действия. Бросок в кольцо с места.	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	
46			Ведение мяча. Спортивные игры.	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
47			Обще развивающие упражнения. <i>Переноска груза и передача предметов.</i>	формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	
48			Упражнения на гибкость. Жонглирование мяча.	поддержание устойчивой физической работоспособности	
49			Наклоны в перед из положения сидя. Здоровый образ жизни, его значение для человека.	коррекция нарушений физического развития;	
50			Стойка баскетболиста. Передвижение в стойке	формирование двигательных умений и навыков;	

			вправо, влево, вперед, назад.		
51			Бросок в кольцо в движении. Бег с преодолением препятствий..	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	
52			Двухсторонняя игра	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	
53			Строевые упражнения. Обще развивающие упражнения .	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	
54			Правила выполнения тестов для оценки физической подготовленности Медленный бег (до 5 мин)	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
55			Роль физкультурной деятельности в жизни человека. Спортивные игры	формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	
56			Броски и ловля мяча в баскетболе	поддержание устойчивой физической работоспособности	
57			Штрафной бросок. Двухсторонняя игра. Развитие выносливости..	коррекция нарушений физического развития;	
58			Правила игры в пионербол. Подача мяча в пионерболе.	формирование двигательных умений и навыков;	
59			Прием мяча снизу. Тактические действия	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	
60			Передача мяча снизу.	укрепление здоровья и закаливание	

			Спортивные игры	организма, формирование правильной осанки;	
61			Передача мяча сверху. Спортивные игры	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	
62			Двухсторонняя игра. Совершенствование техники бега на скорость.	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
63			Техника безопасности при беговых, прыжковых, метательных упражнениях. Обще развивающие упражнения	формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	
64			Метание мяча с разбега.	поддержание устойчивой физической работоспособности	
65			Метание мяча с разбега.	коррекция нарушений физического развития;	
66			Пионербол. Двухсторонняя игра	формирование двигательных умений и навыков;	
67			Спортивные игры	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	
68			Спортивные игры	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	
69			Игры	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	
70			Правила выполнения комплекса утренней	раскрытие возможных избирательных способностей и	

			гигиенической гимнастики Прыжки в длину с места.	интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
71			Правила выполнения упражнений для правильной осанки Комплекс утренней гимнастики. Спортивные игры	формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	
72			Знания и представлений учащихся о современных средствах физического воспитания. Метание теннисного мяча в цель с отскоком от пола и его ловлей.	поддержание устойчивой физической работоспособности	
73			Упражнения на развитие пресса. Бег на перегонки с высокого старта	коррекция нарушений физического развития;	
74			Бег с преодолением препятствий. Метание малого мяча на дальность с трех шагов с разбега (ширина коридора 10 м).	формирование двигательных умений и навыков;	
75			Совершенствование навыков положения туловища, головы, рук, постановки ноги в технике спортивной ходьбы. Висы и упоры	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	
76			Формирование знаний и представлений учащихся о правилах дыхания при выполнении физических упражнений. Повторный бег на	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	

			дистанции 30—60 м.		
77			Значение физической культуры для здорового образа жизни. Меры безопасности в закрытом зале.	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	
78			Режим дня учащегося в разные времена года. Комплекс утренней гимнастики.	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
79			Обще развивающие упражнения Разучивание 2-3 спортивных игр.	формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	
80			Строевые упражнения. Сдача рапорта. Повороты кругом переступанием. Перестроение из колонны по одному, по два (по три,). Челночный бег 3х10 м .	поддержание устойчивой физической работоспособности	
81			Правила подвижных игр. Подтягивание на перекладине. Строевые упражнения.	коррекция нарушений физического развития;	
82			Обще развивающие упражнения. Бег с ходьбой	формирование двигательных умений и навыков;	
83			Меры предупреждения опасности на водах, на улице. Упражнения на дыхание.	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	
84			Меры предупреждения опасности на водах, на улице. Упражнения на	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	

			дыхание.		
85			Положения стоя ноги врозь: повороты туловища в стороны с расслабленным поясом верхних	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	
86			Медленный бег с сохранением осанки. Игра «Слушай сигнал».	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
87			Перебежки группами и по одному. Прыжки в длину с места.	формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	
88			Медленный бег. Игра «Запомни порядок».	поддержание устойчивой физической работоспособности	
89			Ходьба с сохранением правильной осанки на носках, на пятках.	коррекция нарушений физического развития;	
90			Чередование ходьбы и бега.	формирование двигательных умений и навыков;	
91			Медленный бег с сохранением осанки в колонне. Прыжки в длину с места.	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	
92			Чередование ходьбы и бега. Прыжки в длину с места.	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	
93			Размыкание на вытянутые руки в колонне, в шеренге. Подвижные игры с мячом.	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	
94			Прыжки в длину с места.	раскрытие возможных	

			Игра «Космонавты».	избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
95			Метание м/мяч с места правой и левой рукой.	формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	
96			Повороты по ориентирам.	поддержание устойчивой физической работоспособности	
97			Ходьба по заданным ориентирам в медленном темпе.	укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;	
98			Эстафеты с предметами.	развитие двигательных способностей в процессе обучения;	
99			Построение в колонну по одному, равнение в затылок..	раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;	
100			Перебежки группами	коррекция нарушений физического развития;	
101			Перестроение из одной шеренги в круг, взявшись за руки.	формирование двигательных умений и навыков;	
102			Прыжки в длину с места. Итоговый урок.	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;	

