

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ТАТАРСКО - ЕЛТАНСКАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ  
ДЛЯ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ» ЧИСТОПОЛЬСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН

Утверждено  
протоколом педагогического совета  
от «24» 08 2021г. № 2  
Директор школы-интерната  
Валиева З.Р.Халиуллина  
Введено приказом № 84  
от «24» 08 2021г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА (I вариант)**  
**по предмету «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**  
**предметная область «КОРРЕКЦИОННО\_РАЗВИВАЮЩАЯ»**  
**для 4 класса**  
**3 часа в неделю**  
**103 часа в год**

Составитель: **Валиева Гулия Зиннатовна, учитель-дефектолог**

Согласовано  
Заместитель директор по УР Мазгутова Л.И.Мазгутова

Рассмотрено на заседании ШМО  
протокол №1 от 26.08.2021  
Руководитель ШМО Галиуллина Ф.Д.Галиуллина

## Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа составлена на основе материалов Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), примерной Адаптированной основной общеобразовательной программы общего образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и учебным планом ГБОУ «Татарско - Елтанской школы-интерната для детей с ОВЗ» на 2021 – 2022 учебный год.

Программа детализирует и раскрывает содержание стандарта, определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития учащихся средствами учебного предмета в соответствии с целями изучения учебного предмета «Физическая культура», которые определены Федеральным государственным стандартом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

Количество часов по учебному плану: 3 часа в неделю

Количество часов в год по программе: 105 часов

Физическая культура в специальном (коррекционном) образовательном учреждении VIII вида является составной частью всей системы работы с детьми с умственно отсталыми учащимися.

Срок реализации программы – 1 год.

### Общая характеристика учебного предмета

Физическая культура в специальном (коррекционном) образовательном учреждении VIII вида является составной частью всей системы работы с детьми с умственно отсталыми учащимися.

Физическое воспитание рассматривается и реализуется комплексно, и находится в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим, трудовым обучением.

Система физического воспитания, объединяющая все формы занятий физическими упражнениями, должна способствовать социализации ученика в обществе, формированию духовных способностей ребенка.

### Цель учебного предмета

- всестороннее развитие личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в процессе приобщения их к физической культуре, коррекции недостатков психофизического развития, расширении индивидуальных двигательных возможностей, социальной адаптации.

### Задачи учебного предмета

- коррекция и компенсация нарушений физического развития;
- развитие двигательных возможностей в процессе обучения;
- формирование, развитие и совершенствование двигательных умений и навыков;
- развитие у учащихся основных физических качеств, привитие устойчивого отношения к занятиям по физкультуре;
- укрепление здоровья, содействие нормальному физическому развитию.

## Содержание образовательной программы

Название раздела	Краткое содержание	К-во ч.
Знания о физической культуре	Правила поведения в физкультурном зале, на спортивной площадке. Подготовка спортивной формы к занятиям, переодевание. Название снарядов и гимнастических элементов, понятие о правильной осанке, равновесии, ходьбе, беге, метании, прыжках. Значение утренней зарядки. Правила безопасности при занятиях физическими упражнениями.	105
<p>Гимнастика</p> <p>Строевые упражнения</p> <p>Обще развивающие упражнения без предметов</p> <p>Общеразвивающие и корригирующие упражнения с предметами</p> <p>Элементы акробатических упражнений</p> <p>Лазанье и перелезание</p> <p>Висы</p> <p>Равновесие</p> <p>Опорный прыжок</p>	<p>Построение в колонну, шеренгу по инструкции учителя. Повороты на месте (направо, налево) под счет. Размыкание и смыкание приставными шагами. Перестроение из колонны по одному в колонну по два через середину зала в движении с поворотом. Выполнение команд: "Шире шаг!", "Реже шаг!" Основные положения и движения рук, ног, туловища, головы, выполняемые на месте и в движении. Сочетание движений ног, туловища с одноименными и разноименными движениями рук. Дыхательные упражнения и упражнения для формирования правильной осанки. Простые комплексы общеразвивающих и корригирующих упражнений</p> <p>Комплексы упражнений с гимнастическими палками, флажками, малыми обручами, большими и малыми мячами. Комплексы упражнений со скакалками. Комплексы с набивными мячами. Комплексы с обручами</p> <p>143 Элементы акробатических упражнений Группировка лежа на спине, в упоре стоя на коленях. Перекаты в положении лежа в разные стороны Кувырок вперед по наклонному мату, стойка на лопатках, согнув ноги Перекаты в группировке. Из положения лежа на спине «мостик». 2—3 кувырка вперед (строго индивидуально)</p> <p>Кувырок назад, комбинация из кувырков, «мостик» с помощью учителя Лазанье по гимнастической стенке с переходом на гимнастическую скамейку, установленную наклонно, и сплезание по ней произвольным способом. Лазанье по канату произвольным способом. Перелезание через бревно, коня, козла. Вис на рейке гимнастической стенки на время, на канате с раскачиванием. Подтягивание в висе на канате, стоя на полу ноги врозь</p> <p>Ходьба по наклонной доске (угол 20°). Расхождение вдвоем поворотом при встрече на полу и на гимнастической скамейке. Равновесие «ласточка». Ходьба по гимнастическому бревну высотой 60 см</p> <p>Опорный прыжок через гимнастического козла: наскок в упор на колени, соскок с поворотом направо, налево с опорой на руку; в упор на колени, упор присев, соскок прогнувшись</p>	
<p>Легкая атлетика</p> <p>Ходьба Бег</p> <p>Прыжки</p>	<p>Ходьба в быстром темпе (наперегонки). Ходьба в приседе. Сочетание различных видов ходьбы. Понятие низкий старт. Быстрый бег на месте до 10 с. Челночный бег (3×10 м). Бег с преодолением небольших препятствий на отрезке 30 м. Понятие эстафета (круговая). Расстояние 5—15 м. Прыжки с ноги на ногу до 20 м, в высоту способом перешагивание (внимание на мягкость приземления). Прыжки в длину с разбега (зона отталкивания — 60—70 см), на результат (внимание на технику прыжка)</p>	

Метание	Метание мячей в цель (на стене, баскетбольный щит, мишень) и на дальность, ширина коридора — 10— 15 м.	
Лыжная подготовка	Выполнение распоряжений в строю: "Лыжи положить!", "Лыжи взять!". Ознакомление с попеременным двухшажным ходом. Подъем "елочкой", "лесенкой". Спуски в средней стойке. Передвижение на лыжах (до 1,5 км за урок)	
Коррекционные упражнения (для развития пространственно-временной дифференцировки и точности движений)	Построение в шеренгу, в колонну с изменением места построения (в квадрат, в круг). Ходьба по ориентирам. Бег по начерченным на полу ориентирам. Ходьба по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам. Прыжки в высоту до определенного ориентира с контролем и без контроля зрением. Броски мяча в стену с отскоком его в обозначенное место. Ходьба на месте от 5 до 15 с. Повторить задание и самостоятельно остановиться. Ходьба в колонне приставными шагами до определенного ориентира (6—8 м) с определением затраченного времени	
Подвижные игры Игры с элементами обще развивающих упражнений. Игры с бегом и прыжками Игры с бросанием, ловлей и метанием Игры зимой Пионербол	"Музыкальные змейки", "Найди предмет" "Светофор", "Запрещенное движение", "Фигуры" "Кто обгонит?", "Пустое место", "Бездомный заяц", "Волк во рву", "Два Мороза" "Подвижная цель", "Обгони мяч" "Снежком по мячу", "Крепость" Игра "Пионербол", ознакомление с правилами игры. Передача мяча руками, ловля его. Подача одной рукой снизу	

### Планируемые результаты учебного предмета «Физическая культура»

Предметные результаты		БУД
Минимальный уровень	Достаточный уровень	
<p>-представления о физической культуре как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;</p> <p>- представления о правильной осанке; видах стилизованной ходьбы под музыку;</p> <p>-корректирующих упражнениях в постановке головы, плеч, позвоночного столба, положения тела (стоя, сидя, лежа), упражнениях для укрепления мышечного корсета;</p> <p>-представления о двигательных действиях; знание строевых команд;</p>	<p>-знания о физической культуре как средства укрепления здоровья, физического развития и физического совершенствования человека;</p> <p>-выполнение комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств;</p> <p>-участие в оздоровительных занятиях в режиме дня (физкультминутки);</p> <p>-знание видов двигательной активности в процессе физического воспитания; выполнение двигательных действий;</p> <p>-умение подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений.</p> <p>- знание организаций занятий по физической</p>	<p><i>Личностные:</i></p> <p>-положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию. -понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений о этических нормах и правилах поведения в современном обществе.</p> <p><i>Коммуникативные:</i></p> <p>-вступать в контакт и работать в коллективе (учитель –ученик, ученик –ученик, ученик –класс, учитель -класс).</p> <p>-использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем.</p>

<p>умение вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений;</p> <p>-представления об организации занятий по физической культуре с целевой направленностью на развитие быстроты, выносливости, силы, координации;</p> <p>-представление о видах двигательной активности, направленных на преимущественное развитие основных физических качеств в процессе участия в подвижных играх и эстафетах;</p> <p>- представления о способах организации и проведения подвижных игр и элементов соревнований со сверстниками, осуществление их объективного судейства;</p> <p>-представления о спортивных традициях своего народа и других народов;</p> <p>-понимание особенностей известных видов спорта, показывающих человека в различных эмоциональных состояниях; знакомство с правилами, техникой выполнения двигательных действий;</p> <p>-представления о бережном обращении с инвентарем и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.</p>	<p>культуре с различной целевой направленностью: на развитие быстроты, выносливости, силы, координации; знание физических упражнений с различной целевой направленностью, их выполнение с заданной дозировкой нагрузки;</p> <p>-знание видов двигательной активности, направленных на преимущественное развитие основных физических качеств в процессе участия в подвижных играх и эстафетах;</p> <p>-знание форм, средств и методов физического совершенствования;</p> <p>-умение оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам в процессе участия в подвижных играх и соревнованиях; осуществление их объективного судейства;</p> <p>-знание спортивных традиций своего народа и других народов; знание некоторых фактов из истории развития физической культуры, понимание её роли и значения в жизнедеятельности человека;</p> <p>-знание способов использования различного спортивного инвентаря в основных видах двигательной активности;</p> <p>-знание названий крупнейших спортивных сооружений в Москве, Санкт-Петербурге;</p> <p>- знание правил, техники выполнения двигательных действий;</p> <p>- знание правил бережного обращения с инвентарем и оборудованием;</p> <p>соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.</p>	<p>- слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту.</p> <p>- сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми.</p> <p>-договариваться и изменять свое поведение с учетом поведения других участников спорной ситуации <i>Регулятивные:</i></p> <p>-входить и выходить из учебного помещения со звонком, ориентироваться в пространстве класса (зала, учебного помещения).</p> <p>-пользоваться учебной мебелью.</p> <p>-адекватно использовать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из -за парты и т.д.).</p> <p>-принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе.</p> <p>-активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников.</p> <p>-соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать ее с учетом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учетом выявленных недочетов.</p> <p>-работать с (инструментами, спортивным инвентарем) и организовывать рабочее место.</p>
--	---	--

### Список литературы:

1. Интернет – ресурсы.

**Календарно-тематическое планирование учебного предмета «Физическая культура»**

№ п/п	Изучаемый раздел, Тема урока	К-во час.	Календарные сроки		Основные виды учебной деятельности обучающихся
			План.	Факт.	
	<b>Знания о физической культуре</b>	<b>3ч</b>			
1.	Правила поведения в физкультурном зале, на спортивной площадке	1	1.09		Подготовка спортивной формы к занятиям, переодевание.
2.	Название снарядов и гимнастических элементов, понятие о правильной осанке, равновесии, ходьбе, беге, метании, прыжках.	1	6.09		Практические упражнения в соблюдении правил безопасности на уроках физкультуры. Подготовка к уроку физкультуры (Одевание спортивной формы)
3.	Значение утренней зарядки. Правила безопасности при занятиях физическими упражнениями.	1	7.09		Название снарядов и гимнастических элементов, понятие о правильной осанке, равновесии, ходьбе, беге, метании, прыжках.
	<b>Гимнастика с основами акробатики</b>	<b>3ч</b>			
4.	Строевые упражнения: построение в колонну, шеренгу. Повороты на месте под счет, размыкание и смыкание приставными шагами.	1	8.09		Строевые упражнения: построение в колонну, шеренгу. Повороты на месте под счет, размыкание и смыкание приставными шагами.
5.	Перестроение из колонны по одному в колонну по два через середину зала в движении с поворотом. Выполнение команд: «Шире шаг!», «Реже шаг!»	1	13.09		Перестроение из колонны по одному в колонну по два через середину зала в движении с поворотом. Выполнение команд: «Шире шаг!», «Реже шаг!»
6.	Основные движения рук и ног, туловища, головы, выполняемые на месте и в движении.	1	14.09		Основные движения рук и ног, туловища, головы, выполняемые на месте и в движении.
	<b>Легкая атлетика</b>	<b>18ч</b>			
7.	Ходьба в быстром темпе (наперегонки).	1	15.09		Ходьба в быстром темпе (наперегонки).
8.	Ходьба в приседе. Сочетание различных видов ходьбы.	1	20.09		Ходьба в приседе. Сочетание различных видов ходьбы.
9.	Понятие низкий старт. Быстрый бег на месте до 10 с.	1	21.09		Понятие низкий старт. Быстрый бег на месте до 10 с.
10.	Челночный бег (3×10 м).	1	22.09		Челночный бег (3×10 м).
	<b>Контрольно – измерительные материалы</b>				
11.	Бег на скорость 30 м.	1	27.09		Бег на скорость 30 м.
12.	Прыжки в длину с места.	1	28.09		Прыжки в длину с места.
13.	Наклоны туловища вперед сидя ноги врозь.	1	29.09		Наклоны туловища вперед сидя ноги врозь.
14.	Челночный бег (3х10) м.	1	4.10		Челночный бег (3х5) м.
15.	Бег на скорость до 40 м.	1	5.10		Бег на скорость до 40 м.
16.	Метание в цель.	1	6.10		Метание в цель.
17.	Прыжки с ноги на ногу с продвижением вперед, до 20м	1	11.10		Прыжки с ноги на ногу с продвижением вперед, до 20м

18.	Прыжки в длину с разбега (зона отталкивания 60-70см), на результат (внимание на технику прыжка)	1	12.10		Прыжки в длину с разбега (зона отталкивания 60-70см), на результат (внимание на технику прыжка)
19.	Метание мячей в цель (на стене, баскетбольный щит, мишень)	1	13.10		Метание мячей в цель (на стене, баскетбольный щит, мишень)
20.	Метание на дальность, ширина коридора 10-15м	1	18.10		Метание на дальность, ширина коридора 10-15м
	<b>Контрольно-измерительные материалы</b>				
21.	Прыжки через короткую скакалку.	1	19.10		Прыжки через короткую скакалку.
22.	Броски набивного мяча сидя ноги врозь двумя руками из-за головы	1	20.10		Броски набивного мяча сидя ноги врозь двумя руками из-за головы
23.	Поднимание туловища	1	25.10		Поднимание туловища
24.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	1	26.10		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа
25.	Игры с элементами общеразвивающих упражнений «Музыкальные змейки»	1	27.10		Игры с элементами общеразвивающих упражнений «Музыкальные змейки»
26.	Игры с бегом и прыжками «Кто обгонит?»	1	8.11		Игры с бегом и прыжками «Кто обгонит?»
	<b>Знания о физической культуре</b>	<b>1ч</b>			
27.	Правила поведения в физкультурном зале, на спортивной площадке.	1	9.11		Правила поведения в физкультурном зале, на спортивной площадке.
	<b>Гимнастика с основами акробатики</b>	<b>19ч</b>			
28.	Сочетание движений ног, туловища с одноименными и разноименными движениями рук.	1	10.11		Сочетание движений ног, туловища с одноименными и разноименными движениями рук.
29.	Дыхательные упражнения.	1	15.11		Дыхательные упражнения.
30.	Упражнения для формирования правильной осанки.	1	16.11		Упражнения для формирования правильной осанки.
31.	Комплекс общеразвивающих упражнений.	1	17.11		Комплекс общеразвивающих упражнений.
32.	Комплекс корригирующих упражнений.	1	22.11		Комплекс корригирующих упражнений.
	<b>ОРУ с предметами</b>				
33.	Комплекс ОРУ с гимнастической палкой.	1	23.11		Комплекс ОРУ с гимнастической палкой.
34.	Комплекс ОРУ с флажками.	1	24.11		Комплекс общеразвивающих упражнений с флажками.
35.	Комплекс ОРУ с малым обручем.	1	29.11		Комплекс общеразвивающих упражнений с малым обручем.
36.	Комплекс ОРУ с большим мячом.	1	30.11		Комплекс общеразвивающих упражнений с большим мячом.
37.	Комплекс ОРУ с малым мячом.	1	1.12		Комплекс общеразвивающих упражнений с малым мячом.
38.	Комплекс упражнений со скакалками.	1	6.12		Комплекс упражнений со скакалками.
39.	Комплекс упражнений с набивными мячами.	1	7.12		Комплекс упражнений с набивными мячами.
	<b>Элементы акробатических упражнений</b>				
40.	Группировка лежа на спине, в упоре стоя на коленях. Перекаты в положении лежа в разные стороны.	1	8.12		Перекаты в положении лежа в разные стороны.

41.	Кувырок вперед по наклонному мату, стойка на лопатках, согнув ноги. Перекаты в группировке.	1	13.12		Кувырок вперед по наклонному мату, стойка на лопатках, согнув ноги. Перекаты в группировке.
42.	Из положения лежа на спине «мостик». 2-3 кувырка вперед (строго индивидуально). Кувырок назад, комбинация из кувырков, «мостик»	1	14.12		2 – 3 кувырка вперед (строго индивидуально).
	<b>Лазанье</b>	<b>5ч</b>			
43.	Лазанье по гимнастической стенке с переходом на гимнастическую скамейку, установленную наклонно, и сплезание по ней произвольным способом.	2	15.12		Лазанье по гимнастической стенке с переходом на гимнастическую скамейку, установленную наклонно, и сплезание по ней произвольным способом.
44.	Лазанье по канату произвольным способом.	1	20.12		Лазанье по канату произвольным способом.
45.	Перелезание через бревно.	1	21.12		Перелезание через бревно.
46.	Перелезание через бревно, коня.	1	22.12		Перелезание через бревно, коня.
47.	Перелезание через бревно, коня, козла	1	27.12		Перелезание через бревно, коня, козла
48.			28.12		
	<b>Лыжи</b>	<b>12ч</b>			
49.	Построение в одну шеренгу с лыжами и на лыжах.	1	12.01		Построение в одну шеренгу с лыжами и на лыжах.
50.	Выполнение распоряжений в строю: "Лыжи положить!", "Лыжи взять!".	1	17.01		Выполнение распоряжений в строю: "Лыжи положить!", "Лыжи взять!".
51.	Подъем "елочкой".	1	18.01		Подъем "елочкой".
52.	Подъем "елочкой", "лесенкой".	1	19.01		Подъем "елочкой", "лесенкой".
53.	Спуски в средней стойке.	1	24.01		Спуски в средней стойке.
54.	Передвижение на лыжах (до 1,5 км за урок).	1	25.01		Передвижение на лыжах (до 1,5 км за урок).
55.	Подъем "елочкой", "лесенкой".	1	26.01		Подъем "елочкой", "лесенкой".
56.	Спуски в средней стойке.	1	31.01		Спуски в средней стойке.
57.	Игры зимой. Игра: "Подвижная цель".	1	1.02		Игра: "Подвижная цель".
58.	Игра: "Снежком по мячу".	1	2.02		Игра: "Снежком по мячу".
59.	Игра: "Крепость".	1	7.02		Игра: "Крепость".
60.	Передвижение на лыжах (до 1,5 км за урок). (Учет)	1	8.02		Передвижение на лыжах (до 1,5 км за урок). (Учет)
	<b>Гимнастика с основами акробатики</b>	<b>21ч</b>			
61.	Вис на рейке гимнастической стенки на время, на канате с раскачиванием.	1	9.02		Вис на рейке гимнастической стенки на время, на канате с раскачиванием.
62.	Подтягивание в висе, стоя на полу ноги врозь.	1	14.02		Подтягивание в висе на канате, стоя на полу ноги врозь.
63.	Ходьба по наклонной доске (угол 20°).	1	15.02		Ходьба по наклонной доске (угол 20°).
64.	Расхождение вдвоем поворотом при встрече на полу и на гимнастической скамейке.	1	16.02		Расхождение вдвоем поворотом при встрече на полу и на гимнастической скамейке.



65.	Равновесие «ласточка». Ходьба по гимнастическому бревну высотой 60 см.	1	21.02		Равновесие «ласточка». Ходьба по гимнастическому бревну высотой 60 см.
	<b>Опорные прыжки</b>	<b>10ч</b>			
66.	Опорный прыжок через гимнастического козла: наскок в упор на колени, соскок с поворотом направо, налево с опорой на руку.	1	22.02		Опорный прыжок через гимнастического козла: наскок в упор на колени, соскок с поворотом направо, налево с опорой на руку.
67.	Опорный прыжок через гимнастического козла: наскок в упор присев, соскок прогнувшись.	1	23.02		Опорный прыжок через гимнастического козла: наскок в упор присев, соскок прогнувшись.
68.	Построение в шеренгу, в колонну с изменением места построения (в квадрат, в круг).	1	28.02		Построение в шеренгу, в колонну с изменением места построения (в квадрат, в круг).
69.	Ходьба по ориентирам.	1	1.03		Ходьба по ориентирам.
70.	Бег по начерченным на полу ориентирам.	1	2.03		Бег по начерченным на полу ориентирам.
71.	Ходьба по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам.	1	7.03		Ходьба по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам.
72.	Прыжки в высоту до определенного ориентира с контролем и без контроля зрением.	1	8.03		Прыжки в высоту до определенного ориентира с контролем и без контроля зрением.
73.	Броски мяча в стену с отскоком его в обозначенное место.	1	9.03		Броски мяча в стену с отскоком его в обозначенное место.
74.	Ходьба на месте от 5 до 15 с. Повторить задание и самостоятельно остановиться.	1	14.03		Ходьба на месте от 5 до 15 с. Повторить задание и самостоятельно остановиться.
75.	Ходьба в колонне приставными шагами до определенного ориентира (6—8 м) с определением затраченного времени.	1	15.03		Ходьба в колонне приставными шагами до определенного ориентира (6—8 м) с определением затраченного времени.
	<b>Упражнения без предметов</b>	<b>4ч</b>			
76.	Основные положения и движения рук, ног, туловища, головы, выполняемые на месте и в движении.	1	16.03		Основные положения и движения рук, ног, туловища, головы, выполняемые на месте и в движении.
77.	Сочетание движений ног, туловища с одноименными и разноименными движениями рук.	1	21.03		Сочетание движений ног, туловища с одноименными и разноименными движениями рук.
78.	Дыхательные упражнения и упражнения для формирования правильной осанки.	1	22.03		Дыхательные упражнения и упражнения для формирования правильной осанки.
79.	Простые комплексы ОРУ	1	23.03		Простые комплексы ОРУ
	<b>Знания о физической культуре</b>	<b>1ч</b>			
80.	Правила поведения на уроках подвижные игры. Комплекс УГГ.	1	6.04		Комплекс УГГ.
	<b>Игры</b>	<b>3ч</b>			
81.	Игры с элементами обще развивающих упражнений	1	11.04		Игры с элементами обще развивающих упражнений Найди

	Найди предмет".				предмет".
82.	Игры с элементами обще развивающих упражнений "Светофор",	1	12.04		Игры с элементами обще развивающих упражнений "Светофор",
83.	Игры с элементами обще развивающих упражнений "Запрещенное движение"	1	13.04		Игры с элементами обще развивающих упражнений "Запрещенное движение"
84.	Игры с элементами обще развивающих упражнений «Фигуры»	1	18.04		Игры с элементами обще развивающих упражнений «Фигуры»
85.	Игры с бегом и прыжками.	1	19.04		Игры с бегом и прыжками.
86.	Игра: "Пустое место".	1	20.04		Игра: "Пустое место".
87.	Игра: "Бездомный заяц".	1	25.04		Игра: "Бездомный заяц".
88.	Игра: "Волк во рву".	1	26.04		Игра: "Волк во рву".
89.	Игра: "Два Мороза".	1	27.04		Игра: "Два Мороза".
90.	Игра "Пионербол", ознакомление с правилами игры.	1	2.05		Игра "Пионербол", ознакомление с правилами игры.
91.	Передача мяча руками, ловля его.	1	3.05		Передача мяча руками, ловля его.
92.	Подача одной рукой снизу.	1	4.05		Подача одной рукой снизу.
93.	Передача мяча руками, ловля его. подача одной рукой снизу	1	9.05		Передача мяча руками, ловля его. подача одной рукой снизу
94.	Повторить передачу мяча руками, ловля его. подача одной рукой снизу.	1	10.05		Повторить передачу мяча руками, ловля его. подачу одной рукой снизу.
	<b>Контрольно – измерительные материалы</b>				
95.	Бег 30 м. Игра: "Музыкальные змейки"	1	11.05		Бег 30 м. Игра: "Музыкальные змейки"
96.	Прыжки в длину с места. Игра: "Найди предмет"	1	16.05		Прыжки в длину с места. Игра: "Найди предмет"
97.	Наклоны туловища вперед сидя ноги врозь.	1	17.05		Наклоны туловища вперед сидя ноги врозь. Игра : "Светофор".
98.	Прыжки через короткую скакалку. Игра «Запрещенное движение»	1	18.05		Прыжки через короткую скакалку. Игра «Запрещенное движение»
99.	Броски набивного мяча ноги врозь. Игра «Фигуры»	1	23.05		Броски набивного мяча ноги врозь. Игра «Фигуры»
100.	Поднимание туловища. Игры с бросанием, ловлей и метанием.	1	24.05		Поднимание туловища. Игры с бросанием, ловлей и метанием.
101.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Игры с бегом и прыжками.	1	25.05		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Игры с бегом и прыжками.
	<b>Игры</b>	<b>5ч</b>			
102.	Пионербол. Передача мяча руками и ловля его.	1	30.05		Пионербол. Передача мяча руками и ловля его.
103.	Подача одной рукой снизу.	1	31.05		Подача одной рукой снизу.
104.	Игры с элементами общеразвивающих упражнений.	1	28.05		Игры с элементами общеразвивающих упражнений.

105.	Игра «Пионербол»	1	28.05		Игра «Пионербол»
------	------------------	---	-------	--	------------------

**Лист корректировки рабочей программы**

№ п/п	Название раздела, темы	Дата проведения по плану	Причина корректировки	Корректирующие мероприятия	Дата проведения по факту