


Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Бобравская средняя общеобразовательная школа»
Ракитянского района Белгородской области

<p>«Согласовано» Заместитель директора школы МОУ «Бобравская средняя общеобразовательная школа» <i>Осьмакова</i> Осьмакова Ю.В. «<u>19</u>» <u>01</u> 2016 г.</p>	<p>«Рассмотрено» На заседании педагогического совета МОУ «Бобравская средняя общеобразовательная школа» Протокол № <u>1</u> от «<u>21</u>» <u>01</u> 2016 г.</p>	<p>«Утверждаю» Директор МОУ «Бобравская средняя общеобразовательная школа» <i>Латьшева</i> Латьшева Т.И. Приказ № <u>10</u> от «<u>22</u>» <u>01</u> 2016 г.</p> 
---	--	--

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

начального общего образования по физической культуре

Планируемые результаты освоения учебного предмета, содержание учебного предмета содержатся в рабочей программе: Физическая культура 1 - 4 класс В.И. Лях к линии УМК В.И.Лях «Просвещение» 2014 год.

2016 год

Календарно-тематическое планирование 1 класс

№п /п	Дата проведения		Тема, содержание	Характеристика видов деятельности учащихся
	По план	Факт		
			Легкая атлетика	
1			Экскурсия в страну «Спортландия». Правила поведения в спортивном зале на уроке Игры «Ловишка», «Салки парами» СМГ. Коррекционная гимнастика. Легкий бег в сочетании с ходьбой.	Знать, какие организационно-методические требования применяются на уроках физической культуры
2			Тестирование бега 30м с высокого старта. Строевые упражнения. Подвижная игра «Займи свое место». Техника бега 30м. Понятие короткая дистанция, бег на скорость, бег на выносливость; названия метательных снарядов прыжкового инвентаря. Первая помощь при травмах. СМГ. Коррекционная гимнастика Легкий бег в сочетании с ходьбой. Техника высокого старта.	Знать, как проходит тестирование бега на 30 м с высокого старта, правила подвижных игр. Руководствуются правилами профилактики травматизма Усваивают основные понятия и термины в беге, прыжках и метаниях и объясняют их назначение.
3			Соревнование. Тестирование прыжка в длину с места Игры «Ловишка», «Салки парами». Правила соревнований. СМГ. Коррекционная гимнастика Легкий бег в сочетании с ходьбой. Техника высокого старта	Правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе.
4			Тестирование челночного бега Освоение строевых упражнений. Подвижная игра «Поймай меня» Режим дня СМГ. Коррекционная гимнастика Легкий бег в сочетании с ходьбой. Техника высокого старта, строевые упражнения.	Демонстрировать выполнение беговых упражнений, усваивают правила соревнований в беге, прыжках и метаниях. Правильно распределять время и соблюдать режим дня
5			Тестирование подтягивания Игра «Пятнашки», «Хвостики». Что такое физическая культура. СМГ. Коррекционная гимнастика Легкий бег в сочетании с ходьбой, строевых упражнений	

6			Соревнование Тестирование бега 1000м. Игры «Ловишка», «Салки парами» Правила соревнований. СМГ. Коррекционная гимнастика Легкий бег в сочетании с ходьбой. Легкий бег в сочетании с ходьбой, строевые упражнения.	
7			Обучение прыжкам на одной и двух ногах. Подвижная игра «Смена мест», «Хвостики». Самоконтроль. СМГ. Коррекционная гимнастика Легкий бег в сочетании с ходьбой, строевые упражнения.	Демонстрировать выполнение беговых упражнений, усваивают правила соревнований в беге, прыжках и метаниях
8			Обучение техники метания мяча с места, из положения стоя грудью в направление метания на дальность, игра «Бросай далеко, собирай быстрее», «Хвостики». О.З. (основы знаний)СМГ. Коррекционная гимнастика Легкий бег в сочетании с ходьбой, метание мяча.	Описывать, выполнять технику метания мяча.
9			Соревнование. Игры «Бросай далеко, собирай быстрее», «Колдунчики» Правила соревнований .СМГ. Коррекционная гимнастика Легкий бег в сочетании с ходьбой, метание мяча.	
10			Тестирование метания мяча на дальность. Игры «Хвостики», «Колдунчики» Спортивная одежда и обувь. СМГ. Коррекционная гимнастика Легкий бег в сочетании с ходьбой. Легкий бег в сочетании с ходьбой, метание мяча..	
11			Обучение технике прыжка в длину с разбега Игра «Флаг на башне».Тренировка ума и характера. СМГ. Коррекционная гимнастика, прыжки с места	Учатся правильно распределять время и соблюдать режим дня.
12			Соревнование. Бег30м. Игры «Бросай далеко, собирай быстрее», Салки парами» Самоконтроль.СМГ. Коррекционная гимнастика Легкий бег в сочетании с ходьбой, прыжки с места	
13			Закрепление техники прыжка в длину с разбега. Игра	Определять назначение утренней зарядки,

			«Флаг на башне» Роль физкультуры. СМГ. Коррекционная гимнастика Легкий бег в сочетании с ходьбой, прыжки с места	физкультминуток, их роль и значение в организации здоровьесберегающей жизнедеятельности
14			Техника прыжка в длину с разбега на результат. Игра «Флаг на башне». СМГ. Коррекционная гимнастика Легкий бег в сочетании с ходьбой, прыжки с места, прыжки с места	
15			Урок- игра. «Хвостики», «Колдунчики»	
16			Обучение метания малого мяча на точность. О.З(основы знаний) Игра «Бездомный заяц» , «Хвостики»СМГ. Коррекционная гимнастика Легкий бег в сочетании с ходьбой, метание на точность	Описывать технику метания мяча разными способами.
17			Закрепление метания малого мяча на точность. .Первая помощь при травмах).Игра «Бездомный заяц» СМГ. Коррекционная гимнастика Легкий бег в сочетании с ходьбой метание на точность	Выполнять технику метания мяча разными способами.
18			Соревнование. «Самый сильный»,«Самый меткий» Профилактика плоскостопия .СМГ. Коррекционная гимнастика Легкий бег в сочетании с ходьбой, метание на точность.	
Подвижные игры				
19			Обучение броскам и ловли малого мяча в парах. Игра «Салки с мячами» Когда и как возникла физическая культура и спорт. СМГ. Коррекционная гимнастика Легкий бег в сочетании с ходьбой, упражнения с мячом в парах	Организовывают и проводят совместно со сверстниками подвижные игры, осуществляют судейство.
20			Закрепление броскам и ловли малого мяча в парах. Игра «Салки с мячами» Когда и как возникла физическая культура и спорт СМГ. Коррекционная гимнастика Легкий бег в сочетании с ходьбой,	Описывают технику игровых действий и приемов, осваивают их самостоятельно, выявляют и устраняют типичные ошибки .

			упражнения с мячом в парах	
21			Урок игра Игры «Кот и мыши» «Ловля обезьян» Правила соревнований .СМГ. Коррекционная гимнастика, упражнения с мячом в парах	
22			Обучение ведению мяча, игра «Ночная охота» Значение подвижных и спортивных игр для здоровья человека.СМГ. Коррекционная гимнастика Легкий бег в сочетании с ходьбой, упражнения с мячом в парах	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности.
23			Обучение ловли и передача мяча на месте и в движении, игра «Ночная охота».Современные олимпийские игры. СМГ. Коррекционная гимнастика Легкий бег в сочетании с ходьбой, упражнения с мячом в парах	Соблюдают правила безопасности.
24			Соревнование. Эстафеты. Игры по выбору детей. Личная гигиена. СМГ. Коррекционная гимнастика Легкий бег в сочетании с ходьбой, упражнения с мячом в парах	
25			Обучение бросков мяча в кольцо, щит способом «снизу» . Игра «Осада города» Органы чувств. СМГ. Коррекционная гимнастика Легкий бег в сочетании с ходьбой, упражнения с мячом в парах	

26			Закрепление бросков мяча в кольцо, щит . Мозг и нервная система. Игра «Осада города» СМГ. Коррекционная гимнастика Легкий бег в сочетании с ходьбой, упражнения с мячом в парах	
27			Соревнование. Эстафеты с ведением мяча, передачей , бросками в кольцо , обруч. Органы дыхания. СМГ. Коррекционная гимнастика Легкий бег в сочетании с ходьбой, упражнения с мячом в парах	
Гимнастика с элементами акробатики				
28			Инструктаж по технике безопасности. Обучение кувырку вперед . Игра «Удочка» СМГ. Коррекционная гимнастика, упоры, перекаты, группировка	Описывают технику на гимнастических снарядах, предупреждая появление ошибок и соблюдая правила безопасности
29			Закрепления кувырка вперед, стойка на лопатках. Игра «Удочка» Названия снарядов и гимнастических элементов СМГ. Коррекционная гимнастика, упоры, перекаты, группировка	Описывают и осваивают технику выполнения гимнастических упр . Составляют комбинацию из числа разученных упр.
30			Соревнование. Наклон туловища из положения сидя и стоя. Прыжки через скакалку. Признаки правильной ходьбы, бега, прыжков, осанки . СМГ. Коррекционная гимнастика	Оказывают помощь сверстникам в освоении упр.
31			Закрепление лазания по гимнастической стенке, скамейке, ходьба по скамейке. Игра «Белочка-защитница» упражнения на улучшение осанки. Пища и питательные вещества. СМГ. Коррекционная гимнастика	Осваивают технику упр. В лазании и перелезании, предупреждают появление ошибок и соблюдают правила безопасности.

32			Закрепление лазания по гимнастической стенке, скамейке, ходьба по скамейке разными способами. Игра «Белочка-защитница» Личная гигиена. СМГ. Коррекционная гимнастика.	
33			Урок –игра .Иры «Удочка», «Волшебные елочки» Закаливание. СМГ. Коррекционная гимнастика	
34			Обучение технике стойке на лопатках, моста. Лазание по канату. Игра «Волшебные елочки» Значение напряжения и расслабления мышц СМГ. Коррекционная гимнастика, упоры, перекаты, группировка.	Описывают технику акробатических упр и составляют акробатические комбинации.
35			Закрепление техники стойки на лопатках, моста. Лазание по канату. Игра «Волшебные елочки» Вода и питьевой режим. СМГ. Коррекционная гимнастика	
36			Соревнование. Эстафета с обручем, скакалкой, гимнастическими палками. СМГ. Самоконтроль. Коррекционная гимнастика, упоры, перекаты, группировка	
37			Круговая тренировка. Игра Волшебные елочки» Самоконтроль. Понятие о физическом состоянии. СМГ. Коррекционная гимнастика, упоры, перекаты, группировка	
38			Обучение вису завесом на одной и двумя ногами на перекладине. Игры на внимание. Значение занятия гимнастикой для здоровья человека СМГ. Коррекционная гимнастика, упоры, перекаты, группировка.	Описывают и выполняют технику вися
39			Соревнование. Вис на время. Поднимание туловища из положения лежа за 30с. Профилактика простуды СМГ. Коррекционная гимнастика , упоры, перекаты,	

			группировка	
40			Круговая тренировка. Игра «Удочка» Режим дня .СМГ. Коррекционная гимнастика. Упражнения, лёжа на спине. Ходьба на носках.	
41			Закрепление вису завесом на одной и двумя ногами на перекладине Подтягивание. Игра «Белочка-защитница» Сердце и кровеносные сосуды. .СМГ. Коррекционная гимнастика, упоры, перекаты, группировка	
42			Соревнование. Подтягивание Прыжки на скакалке. Признаки правильной ходьбы, бега, прыжков, осанки СМГ. Коррекционная гимнастика, лазание по скамейке	
43			Обучение комбинации из освоенных элементов. Прыжки на скакалке. Игра «Горячая линия». Сердце и кровеносные сосуды. СМГ. Коррекционная гимнастика , лазание по скамейке	
44			Закрепление комбинации из освоенных элементов. Лазание по канату. Прыжки на скакалке. Игра «Горячая линия». Закаливание. СМГ. Коррекционная гимнастика, упоры, перекаты, группировка, лазание по скамейке	Осваивают технику лазания по канату и соблюдают правила безопасности.
45			Соревнование. Гимнастическая полоса препятствий. Самоконтроль. СМГ. Коррекционная гимнастика	
46			Обучение упр на развитие равновесия, Ходьба по гимнастической скамейке. Лазание по канату Вращение обруча. Игра «Удочка» Твой организм. СМГ. Коррекционная гимнастика, лазание по скамейке	
47			Обучение упр на развитие равновесия, Ходьба по	

			гимнастической скамейке. Лазание по канату Вращение обруча. Игра «Удочка» Лазание по канату. Твой организм. СМГ. Коррекционная гимнастика	
48			Соревнование. Лазание по канату. Прыжки на скакалке. Значение напряжения и расслабления мышц. СМГ. Коррекционная гимнастика, лазание по скамейке	
			Лыжная подготовка	
49			Инструктаж по технике безопасности. Правила подбора одежды для занятий на лыжах. Обучение скользящему и ступающему шагу на лыжах без палок. СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленная ходьба на лыжах.	Применяют передвижение на лыжах для развития координационных способностей и выносливости, контролируют скорость бега на лыжах по частоте сердечных сокращений.
50			Закрепление скользящему и ступающему шагу на лыжах без палок. Повороты переступанием. Первая помощь при обморожениях. СМГ. Коррекционная гимнастика Медленная ходьба на лыжах.	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах , соблюдают правила безопасности. Применяют правила подбора одежды для занятий бегом на лыжах. Используют бег на лыжах в организации активного отдыха.
51			Урок-игра «Салки на снегу», «Быстрый лыжник» СМГ. Основные требования к одежде и обуви во время занятий лыжами Коррекционная гимнастика Медленная ходьба на лыжах.	
52			Обучение скользящему и ступающему шагу на лыжах с палками. Игра «Салки на снегу». Значение занятий лыжами для укрепления здоровья и закаливание СМГ. Коррекционная гимнастика Медленная ходьба на лыжах.	
53			Закрепление скользящему и ступающему шагу на лыжах с палками. Требования к температурному	

			режиму Игра « Быстрый лыжник» СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленная ходьба на лыжах.	
54			Соревнование. Игры « Лыжники, на места» «Челночная эстафета в тройках на санках» Основные требования к одежде и обуви во время занятий лыжами СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленная ходьба на лыжах. Медленная ходьба на лыжах.	
55			Обучение поворотам переступанием на лыжах с палками и обгон. Игры « Лыжники, на места» Понятия об обморожении	
56			Прохождение дистанции 1км. на лыжах. Игра «Салки на снегу». СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленная ходьба на лыжах.	
57			Соревнование. Игры «Быстрый лыжник» Лыжники, на места». «Челночная эстафета в тройках на санках» СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленная ходьба на лыжах.	
58			Обучение подъему на склон «полуелочкой», «елочкой» и спуску на лыжах. Прохождение дистанции 1км. Профилактика простуды СМГ. Коррекционная гимнастика Медленная ходьба на лыжах.	
59			Обучение передвижению на лыжах змейкой. Игра «Накаты» Понятия об обморожении СМГ. Коррекционная гимнастика Медленная ходьба на лыжах.	

60			Соревнование. Игры «Салки на снегу», «Накаты» СМГ. Медленная ходьба на лыжах.	
61			Закрепление подъему на склон «полуелочкой», «елочкой» и спуску на лыжах. Прохождение дистанции 1км. СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленная ходьба на лыжах.	
62			Закрепление передвижению на лыжах змейкой. Игра «Накаты» СМГ. Коррекционная гимнастика Медленная ходьба на лыжах.	
63			Соревнование. Игры «Салки на снегу», «Накаты», «Челночная эстафета в тройках на санках». Правила гигиены и техника безопасности СМГ. Коррекционная гимнастика Медленная ходьба на лыжах.	
64			Прохождение дистанции 1.5км, свободное катание. Профилактика простуды СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленная ходьба на лыжах.	
65			Закрепление передвижению на лыжах змейкой. Игры «Быстрый лыжник» «Лыжники, на места» Режим дня СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленная ходьба на лыжах.	
66			Урок игра. «Борьба за флажки на лыжах, без палок». «Гонки санок». СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленная ходьба на лыжах.	
67			Закрепление передвижению на лыжах изученными способами. Игры «Быстрый лыжник» .СМГ. Коррекционная гимнастика . Медленная ходьба на лыжах.	

68			Закрепление передвижению, поворотов на лыжах изученными способами. Игры «По местам» СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленная ходьба на лыжах.	
69			Урок игра. «Борьба за флажки на лыжах, без палок». «Гонки санок» Режим дня СМГ. Коррекционная гимнастика	
70			Инструктаж по Т. Б. на уроках подвижными играми. Обучение бросков мяча через волейбольную сетку. Игра «Забросай противника мячами» СМГ. Коррекционная гимн. Упражнения с мячом в парах.	Взаимодействуют со сверстниками в процессе игровой деятельности
71			Обучение бросков мяча через волейбольную сетку на точность. Значение подвижных и спортивных игр для здоровья человека Игра «Точно в цель» Современные олимпийские игры. СМГ. Коррекционная гимнастика. Упражнения с мячом в парах.	
72			Соревнование. Эстафеты с волейбольными мячами Олимпийские чемпионы. Закаливание. Игра «Точно в цель» СМГ. Коррекционная гимнастика. Упражнения с мячом в парах.	
73			Обучение броскам мяча через сетку с дальних дистанций. Игра «Точно в цель». Закаливание. СМГ. Коррекционная гимнастика. Упражнения с мячом в парах.	
74			Закрепление броскам мяча через сетку с дальних дистанций. Игра «Точно в цель». О.З. СМГ. Коррекционная гимнастика. Упражнения с мячом в парах.	

75			Соревнование. «Кто дальше бросит через сетку». Значение подвижных и спортивных игр для здоровья человека СМГ. Коррекционная гимнастика. Упражнения с мячом в парах.	
76			Закрепление броскам мяча через сетку с дальних дистанций. Игра «Вышибалы через сетку» Значение напряжения и расслабления мышц СМГ. Коррекционная гимнастика. Упражнения с мячом в парах.	
77			Совершенствование броскам мяча через сетку с дальних дистанций. Игра «Вышибалы через сетку» СМГ. Коррекционная гимнастика. Упражнения с мячом в парах.	
78			Соревнование. Броски мяча через сетку на дальность и точность. Организация игр, правила поведения и безопасности СМГ. Коррекционная гимнастика . Упражнения с мячом в парах.	
			Легкая атлетика	
79			Инструктаж по технике безопасности ну уроках легкой атлетики. Обучение технике прыжкам в высоту с разбега. Самоконтроль. Понятие о физическом состоянии. СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленный бег в сочетании с ходьбой	
80			Закрепление технике прыжкам в высоту с разбега. Игра Первая помощь при травмах. СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленный бег в сочетании с ходьбой	

81			Соревнование. Прыжки в высоту. Значение занятий легкой атлетикой для здоровья человека СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленный бег в сочетании с ходьбой	
82			Обучение броскам набивного мяча от груди и способом «снизу» Игра «Точно в цель» Названия метательных снарядов СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленный бег в сочетании с ходьбой	
83			Обучение броскам набивного мяча из-за головы на дальность Игра «Точно в цель» СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленный бег в сочетании с ходьбой.	
84			Соревнование. Тестирование подтягивание. Поднимание туловища из положения лежа за 30с. Игра «Хвостики». СМГ. Коррекционная гимнастика . Медленный бег в сочетании с ходьбой	
85			Закрепление . Прыжки в высоту. Подтягивание. Игра «Хвостики». Медленный бег в сочетании с ходьбой	
			Спортивные и подвижные игры	
86			Закрепление бросков и ловли мяча в парах. Игра «Ловишка с мячом и защитниками» Режим дня. СМГ. Коррекционная гимнастика	
87			Урок-игра «Ловишка с мячом и защитниками». «Вышибалы»	
88			Закрепление бросков мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу». Игра «Ловишка с мячом и защитниками» СМГ. Коррекционная гимнастика	
89			Закрепление бросков мяча в баскетбольное кольцо способом «сверху. Игра «Ловишка с мячом и защитниками». «Вышибалы» СМГ. Коррекционная	

			гимнастика	
90			Урок-игра Эстафеты с мячом. Игра « Охотники и зайцы» СМГ. Коррекционная гимнастика	
			Легкая атлетика	
91			Закрепление техники метания мяча с места, из положения стоя грудью в направление метания на дальность . игра «Бросай далеко, собирай быстрее», «Колдунчики» Понятия: короткая дистанция, бег на скорость, на выносливость СМГ. Коррекционная гимнастика	Демонстрируют вариативное выполнение метательных упр. Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения метательных упр., соблюдают правила безопасности. Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения прыжковых упр. , соблюдают правила безопасности. Применяют прыжковые упр для развития координационных , скоростно-силовых способностей , выбирают индивидуальный темп передвижения , контролируют физическую нагрузку по частоте сердечных сокращений
92		Закрепление техники метания мяча с места, из положения стоя грудью в направление метания на дальность, игра «Бросай далеко, собирай быстрее», «Колдунчики» Значение напряжения и расслабления мышц СМГ. Коррекционная гимнастика, метания мяча с места		
93			Соревнование. Игры « Салки парами», Режим дня СМГ. Коррекционная гимнастика	
94			Закрепление метания малого мяча на точность . Игра «Бездомный заяц» «Бросай далеко, собирай быстрее». Личная гигиена СМГ. Коррекционная гимнастика, метания мяча с места	
95			Тестирование бега 30м с высокого старта. Строевые упражнения. Подвижная игра «Займи свое место» Особенности дыхания СМГ. Коррекционная гимнастика, техника высокого	

			старта.	
96			Соревнование. Тестирование прыжка в длину с места Игры «Ловишка», «Салки парами» СМГ. Коррекционная гимнастика, медленный бег в сочетании с ходьбой.	Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения беговых упр , при это соблюдая правила безопасности.
97			Тестирование челночного бега Закрепление техники прыжка в длину с разбега. Освоение строевых упражнений. Подвижная игра «Поймай меня», «Хвостики» . Названия прыжкового инвентаря СМГ. Коррекционная гимнастика, медленный бег в сочетании с ходьбой.	
98			Тестирование подтягивания Закрепление техники прыжка в длину с разбега. Игра «Пятнашки» , «Хвостики» Значение подвижных и спортивных игр для здоровья человека СМГ. Коррекционная гимнастика, медленный бег в сочетании с ходьбой.	
99			Соревнование Тестирование бега 1000м. Игры «Ловишка», «Салки парами». Закаливание. СМГ. Коррекционная гимнастика, медленный бег в сочетании с ходьбой.	

№п /п	Дата проведения		Тема, содержание	Характеристика видов деятельности учащихся	Домашнее задание
	По план	Факт			
			Легкая атлетика		
1			Экскурсия в страну «Спортландия». Правила поведения в спортивном зале на уроке Игры «Ловишка», «Салки парами» СМГ. Коррекционная гимнастика. Легкий бег в сочетании с ходьбой.	Знать, какие организационно-методические требования применяются на уроках физической культуры	Приготовить форму для улицы
2			Тестирование бега 30м с высокого старта. Строевые упражнения. Подвижная игра «Займи свое место». Техника бега 30м. Понятие короткая дистанция, бег на скорость, бег на выносливость; названия метательных снарядов прыжкового инвентаря. Первая помощь при травмах. СМГ. Коррекционная гимнастика Легкий бег в сочетании с ходьбой. Техника высокого старта.	Знать, как проходит тестирование бега на 30 м с высокого старта, правила подвижных игр. Руководствуются правилами профилактики травматизма Усваивают основные понятия и термины в беге, прыжках и метаниях и объясняют их назначение.	Выполнять прыжки в длину с места
3			Соревнование. Тестирование прыжка в длину с места Игры «Ловишка», «Салки парами». Правила соревнований. СМГ. Коррекционная гимнастика Легкий бег в сочетании с ходьбой. Техника высокого старта	Правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе.	Выполнять прыжки в длину с места
4			Тестирование челночного бега Освоение строевых упражнений. Подвижная игра «Поймай меня» Режим дня СМГ. Коррекционная гимнастика Легкий бег в сочетании с ходьбой. Техника высокого старта,	Демонстрировать выполнение беговых упражнений, усваивают правила соревнований в беге, прыжках и метаниях. Правильно распределять	Выполнять упражнения для пресса

			строевые упражнения.	время и соблюдать режим дня	
5			Тестирование подтягивания Игра «Пятнашки», «Хвостики». Что такое физическая культура. СМГ. Коррекционная гимнастика Легкий бег в сочетании с ходьбой, строевых упражнений		Выполнять прыжки в длину с места
6			Соревнование Тестирование бега 1000м. Игры «Ловишка», «Салки парами» Правила соревнований. СМГ. Коррекционная гимнастика Легкий бег в сочетании с ходьбой. Легкий бег в сочетании с ходьбой, строевые упражнения.		Выполнять упражнения для пресса
7			Обучение прыжкам на одной и двух ногах. Подвижная игра «Смена мест», «Хвостики». Самоконтроль. СМГ. Коррекционная гимнастика Легкий бег в сочетании с ходьбой, строевые упражнения.	Демонстрировать выполнение беговых упражнений, усваивают правила соревнований в беге, прыжках и метаниях	Выполнять упражнения для пресса
8			Обучение техники метания мяча с места, из положения стоя грудью в направлении метания на дальность, игра «Бросай далеко, собирай быстрее», «Хвостики». О.З. (основы знаний)СМГ. Коррекционная гимнастика Легкий бег в сочетании с ходьбой, метание мяча.	Описывать, выполнять технику метания мяча.	Выполнять прыжки в длину с места
9			Соревнование. Игры «Бросай далеко, собирай быстрее», «Колдунчики» Правила соревнований .СМГ. Коррекционная гимнастика Легкий бег в сочетании с ходьбой, метание		Выполнять сгибание выпрямление рук в упоре лежа

			мяча.		
10			Тестирование метания мяча на дальность. Игры «Хвостики», «Колдунчики» Спортивная одежда и обувь. СМГ. Коррекционная гимнастика Легкий бег в сочетании с ходьбой. Легкий бег в сочетании с ходьбой, метание мяча..		Выполнять сгибание выпрямление рук в упоре лежа
11			Обучение технике прыжка в длину с разбега Игра «Флаг на башне». Тренировка ума и характера. СМГ. Коррекционная гимнастика, прыжки с места	Учатся правильно распределять время и соблюдать режим дня.	Выполнять упражнения для пресса
12			Соревнование. Бег 30м. Игры «Бросай далеко, собирай быстрее», Салки парами» Самоконтроль. СМГ. Коррекционная гимнастика Легкий бег в сочетании с ходьбой, прыжки с места		Выполнять упражнения для пресса
13			Закрепление техники прыжка в длину с разбега. Игра «Флаг на башне» Роль физкультуры. СМГ. Коррекционная гимнастика Легкий бег в сочетании с ходьбой, прыжки с места	Определять назначение утренней зарядки, физкультминуток, их роль и значение в организации здоровьесберегающей жизнедеятельности	Выполнять сгибание выпрямление рук в упоре лежа
14			Техника прыжка в длину с разбега на результат. Игра «Флаг на башне». СМГ. Коррекционная гимнастика Легкий бег в сочетании с ходьбой, прыжки с места, прыжки с места		Выполнять упражнения для пресса
15			Урок- игра. «Хвостики»,		

			«Колдунчики»		
16			Обучение метания малого мяча на точность. О.З(основы знаний) Игра «Бездомный заяц» , «Хвостики»СМГ. Коррекционная гимнастика Легкий бег в сочетании с ходьбой, метание на точность	Описывать технику метания мяча разными способами.	Выполнять упражнения для пресса
17			Закрепление метания малого мяча на точность. .Первая помощь при травмах).Игра «Бездомный заяц» СМГ. Коррекционная гимнастика Легкий бег в сочетании с ходьбой метание на точность	Выполнять технику метания мяча разными способами.	Выполнять сгибание выпрямление рук в упоре лежа
18			Соревнование. «Самый сильный»,«Самый меткий» Профилактика плоскостопия .СМГ. Коррекционная гимнастика Легкий бег в сочетании с ходьбой, метание на точность.		Выполнять упражнения для пресса
Подвижные игры					
19			Обучение броскам и ловли малого мяча в парах. Игра «Салки с мячами» Когда и как возникла физическая культура и спорт. СМГ. Коррекционная гимнастика Легкий бег в сочетании с ходьбой, упражнения с мячом в парах	Организовывают и проводят совместно со сверстниками подвижные игры, осуществляют судейство.	Выполнять сгибание выпрямление рук в упоре лежа
20			Закрепление броскам и ловли малого мяча в парах. Игра «Салки с мячами» Когда и как возникла физическая культура и спорт СМГ.	Описывают технику игровых действий и приемов, осваивают их самостоятельно, выявляют	Выполнять упражнения для пресса

			Коррекционная гимнастика Легкий бег в сочетании с ходьбой, упражнения с мячом в парах	и устраняют типичные ошибки .	
21			Урок игра Игры «Кот и мыши» «Ловля обезьян» Правила соревнований .СМГ. Коррекционная гимнастика, упражнения с мячом в парах		Выполнять прыжки в длину с места
22			Обучение ведению мяча, игра «Ночная охота» Значение подвижных и спортивных игр для здоровья человека.СМГ. Коррекционная гимнастика Легкий бег в сочетании с ходьбой, упражнения с мячом в парах	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности.	Выполнять прыжки в длину с места
23			Обучение ловли и передача мяча на месте и в движении, игра «Ночная охота».Современные олимпийские игры. СМГ. Коррекционная гимнастика Легкий бег в сочетании с ходьбой, упражнения с мячом в парах	Соблюдают правила безопасности.	Выполнять сгибание выпрямление рук в упоре лежа
24			Соревнование. Эстафеты. Игры по выбору детей. Личная гигиена. СМГ. Коррекционная гимнастика Легкий бег в сочетании с ходьбой, упражнения с мячом в парах		Выполнять прыжки в длину с места

25			Обучение бросков мяча в кольцо, щит способом «снизу» . Игра «Осада города» Органы чувств. СМГ. Коррекционная гимнастика Легкий бег в сочетании с ходьбой, упражнения с мячом в парах		Выполнять упражнения для пресса
26			Закрепление бросков мяча в кольцо, щит . Мозг и нервная система. Игра «Осада города» СМГ. Коррекционная гимнастика Легкий бег в сочетании с ходьбой, упражнения с мячом в парах		
27			Соревнование. Эстафеты с ведением мяча, передачей , бросками в кольцо , обруч. Органы дыхания. СМГ. Коррекционная гимнастика Легкий бег в сочетании с ходьбой, упражнения с мячом в парах		Выполнять прыжки в длину с места
Гимнастика с элементами акробатики					
28			Инструктаж по технике безопасности. Обучение кувырку вперед . Игра «Удочка» СМГ. Коррекционная гимнастика, упоры, перекаты, группировка	Описывают технику на гимнастических снарядах, предупреждая появление ошибок и соблюдая правила безопасности	Выполнять кувырок вперед
29			Закрепления кувырка вперед, стойка на лопатках. Игра «Удочка» Названия снарядов и гимнастических элементов СМГ. Коррекционная гимнастика, упоры, перекаты, группировка	Описывают и осваивают технику выполнения гимнастических упр . Составляют комбинацию из числа разученных упр.	Выполнять кувырок вперед

30			Соревнование. Наклон туловища из положения сидя и стоя. Прыжки через скакалку. Признаки правильной ходьбы, бега, прыжков, осанки . СМГ. Коррекционная гимнастика	Оказывают помощь сверстникам в освоении упр.	Выполнять кувырок вперед
31			Закрепление лазания по гимнастической стенке, скамейке, ходьба по скамейке. Игра «Белочка-защитница» упражнения на улучшение осанки. Пища и питательные вещества. СМГ. Коррекционная гимнастика	Осваивают технику упр. В лазании и перелезании, предупреждают появление ошибок и соблюдают правила безопасности.	Выполнять сгибание выпр рук в упоре лежа
32			Закрепление лазания по гимнастической стенке, скамейке, ходьба по скамейке разными способами. Игра «Белочка-защитница» Личная гигиена. СМГ. Коррекционная гимнастика.		Выполнять сгибание выпр рук в упоре лежа
33			Урок –игра .Иры «Удочка», «Волшебные елочки» Закаливание. СМГ. Коррекционная гимнастика		Выполнять 20 приседаний
34			Обучение технике стойке на лопатках, моста. Лазание по канату. Игра «Волшебные елочки» Значение напряжения и расслабления мышц СМГ. Коррекционная гимнастика, упоры, перекаты, группировка.	Описывают технику акробатических упр и составляют акробатические комбинации.	Выполнять сгибание выпр рук в упоре лежа
35			Закрепление техники стойки на лопатках, моста. Лазание по канату.		Выполнять «мост»

			Игра «Волшебные елочки» Вода и питьевой режим. СМГ. Коррекционная гимнастика		
36			Соревнование. Эстафета с обручем, скакалкой, гимнастическими палками. СМГ. Самоконтроль. Коррекционная гимнастика, упоры, перекаты, группировка		Выполнять «мост
37			Круговая тренировка. Игра «Волшебные елочки» Самоконтроль. Понятие о физическом состоянии. СМГ. Коррекционная гимнастика, упоры, перекаты, группировка		Выполнять сгибание выпр рук в упоре лежа
38			Обучение вису завесом на одной и двумя ногами на перекладине. Игры на внимание. Значение занятия гимнастикой для здоровья человека СМГ. Коррекционная гимнастика, упоры, перекаты, группировка.	Описывают и выполняют технику вися	Выполнять 20 приседаний
39			Соревнование. Вис на время. Поднимание туловища из положения лежа за 30с. Профилактика простуды СМГ. Коррекционная гимнастика , упоры, перекаты, группировка		Выполнять «мост
40			Круговая тренировка. Игра «Удочка» Режим дня .СМГ. Коррекционная гимнастика. Упражнения, лёжа на спине. Ходьба на носках.		Выполнять «мост» , стойку на лопатках.
41			Закрепление вису завесом на одной и двумя ногами на перекладине		Выполнять сгибание выпр рук в упоре лежа

			Подтягивание. Игра «Белочка-защитница» Сердце и кровеносные сосуды. .СМГ. Коррекционная гимнастика, упоры, перекаты, группировка		
42			Соревнование. Подтягивание Прыжки на скакалке. Признаки правильной ходьбы, бега, прыжков, осанки СМГ. Коррекционная гимнастика, лазание по скамейке		Выполнять «мост», стойку на лопатках.
43			Обучение комбинации из освоенных элементов. Прыжки на скакалке. Игра «Горячая линия». Сердце и кровеносные сосуды. СМГ. Коррекционная гимнастика , лазание по скамейке		Выполнять 20 приседаний
44			Закрепление комбинации из освоенных элементов. Лазание по канату. Прыжки на скакалке. Игра «Горячая линия». Закаливание. СМГ. Коррекционная гимнастика, упоры, перекаты, группировка, лазание по скамейке	Осваивают технику лазания по канату и соблюдают правила безопасности.	Выполнять «мост» , стойку на лопатках.
45			Соревнование. Гимнастическая полоса препятствий. Самоконтроль. СМГ. Коррекционная гимнастика		
46			Обучение упр на развитие равновесия, Ходьба по гимнастической скамейке. Лазание по канату Вращение обруча. Игра «Удочка» Твой организм. СМГ.		Выполнять 20 приседаний

			Коррекционная гимнастика, лазание по скамейке		
47			Обучение упр на развитие равновесия, Ходьба по гимнастической скамейке. Лазание по канату Вращение обруча. Игра «Удочка» Лазание по канату. Твой организм. СМГ. Коррекционная гимнастика		Выполнять «мост» , стойку на лопатках.
48			Соревнование. Лазание по канату. Прыжки на скакалке. Значение напряжения и расслабления мышц. СМГ. Коррекционная гимнастика, лазание по скамейке		Выполнить упр для пресса
			Лыжная подготовка		
49			Инструктаж по технике безопасности. Правила подбора одежды для занятий на лыжах. Обучение скользящему и ступающему шагу на лыжах без палок. СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленная ходьба на лыжах.	Применяют передвижение на лыжах для развития координационных способностей и выносливости, контролируют скорость бега на лыжах по частоте сердечных сокращений. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах , соблюдают правила безопасности. Применяют правила подбора одежды	Выполнить подъемы туловища из положения лежа
50		Закрепление скользящему и ступающему шагу на лыжах без палок. Повороты переступанием. Первая помощь при обморожениях. СМГ. Коррекционная гимнастика Медленная ходьба на лыжах.	Выполнить подъемы туловища из положения лежа		
51		Урок-игра «Салки на снегу», «Быстрый лыжник» СМГ. Основные	Выполнить приседания		

			<p>требования к одежде и обуви во время занятий лыжами</p> <p>Коррекционная гимнастика</p> <p>Медленная ходьба на лыжах.</p>	<p>для занятий бегом на лыжах. Используют бег на лыжах в организации активного отдыха.</p>	
52			<p>Обучение скользящему и ступающему шагу на лыжах с палками. Игра «Салки на снегу». Значение занятий лыжами для укрепления здоровья и закаливание</p> <p>СМГ. Коррекционная гимнастика</p> <p>Медленная ходьба на лыжах.</p>		<p>Выполнить подъемы туловища из положения лежа</p>
53			<p>Закрепление скользящему и ступающему шагу на лыжах с палками. Требования к температурному режиму</p> <p>Игра « Быстрый лыжник» СМГ.</p> <p>Коррекционная гимнастика.</p> <p>Медленная ходьба на лыжах.</p>		<p>Выполнить приседания</p>
54			<p>Соревнование. Игры « Лыжники, на места» «Челночная эстафета в тройках на санках» Основные требования к одежде и обуви во время занятий лыжами</p> <p>СМГ. Коррекционная гимнастика.</p> <p>Медленная ходьба на лыжах.</p> <p>Медленная ходьба на лыжах.</p>		<p>Выполнить упр для пресса</p>
55			<p>Обучение поворотам переступанием на лыжах с палками и обгон. Игры</p>		<p>Выполнить приседания</p>

			« Лыжники, на места» Понятия об обморожении		
56			Прохождение дистанции 1км. на лыжах. Игра «Салки на снегу». СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленная ходьба на лыжах.		Выполнить упр для пресса
57			Соревнование. Игры «Быстрый лыжник» Лыжники, на места». «Челночная эстафета в тройках на санках» СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленная ходьба на лыжах.		Выполнить сгиб и выпр рук в упоре лежа
58			Обучение подъему на склон «полуелочкой», «елочкой» и спуску на лыжах. Прохождение дистанции 1км. Профилактика простуды СМГ. Коррекционная гимнастика Медленная ходьба на лыжах.		Выполнить сгиб и выпр рук в упоре лежа
59			Обучение передвижению на лыжах змейкой. Игра «Накаты» Понятия об обморожении СМГ. Коррекционная гимнастика Медленная ходьба на лыжах.		Выполнить приседания
60			Соревнование. Игры «Салки на снегу», «Накаты» СМГ. Медленная ходьба на лыжах.		Выполнить упр для пресса
61			Закрепление подъему на склон «полуелочкой», «елочкой» и спуску		Выполнить сгиб и выпр рук в упоре лежа

			на лыжах. Прохождение дистанции 1км. СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленная ходьба на лыжах.		
62			Закрепление передвижению на лыжах змейкой. Игра «Накаты» СМГ. Коррекционная гимнастика Медленная ходьба на лыжах.		Выполнить упр для пресса
63			Соревнование. Игры «Салки на снегу», «Накаты», «Челночная эстафета в тройках на санках». Правила гигиены и техника безопасности СМГ. Коррекционная гимнастика Медленная ходьба на лыжах.		Выполнить сгиб и выпр рук в упоре лежа
64			Прохождение дистанции 1.5км, свободное катание. Профилактика простуды СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленная ходьба на лыжах.		Выполнить приседания
65			Закрепление передвижению на лыжах змейкой. Игры «Быстрый лыжник» «Лыжники, на места» Режим дня СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленная ходьба на лыжах.		
66			Урок игра. «Борьба за флажки на лыжах, без палок». «Гонки санок». СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленная ходьба на лыжах.		Выполнить сгиб и выпр рук в упоре лежа

67			Закрепление передвижению на лыжах изученными способами. Игры «Быстрый лыжник» .СМГ. Коррекционная гимнастика . Медленная ходьба на лыжах.		Выполнить упр для пресса
68			Закрепление передвижению, поворотов на лыжах изученными способами. Игры «По местам» СМГ. Коррекционная гимнастика . Медленная ходьба на лыжах.		Выполнить сгиб и выпр рук в упоре лежа
69			Урок игра. «Борьба за флажки на лыжах, без палок». «Гонки санок» Режим дня СМГ. Коррекционная гимнастика		Выполнить приседания
70			Инструктаж по Т. Б. на уроках подвижными играми. Обучение бросков мяча через волейбольную сетку. Игра «Забросай противника мячами» СМГ. Коррекционная гимн. Упражнения с мячом в парах.	Взаимодействуют со сверстниками в процессе игровой деятельности	Выполнить сгиб и выпр рук в упоре лежа
71			Обучение бросков мяча через волейбольную сетку на точность. Значение подвижных и спортивных игр для здоровья человека Игра «Точно в цель» Современные олимпийские игры. СМГ. Коррекционная гимнастика. Упражнения с мячом в парах.		Выполнить упр для пресса
72			Соревнование. Эстафеты с		Выполнить упр для

			волейбольными мячами Олимпийские чемпионы. Закаливание. Игра «Точно в цель» СМГ. Коррекционная гимнастика. Упражнения с мячом в парах.		пресса
73			Обучение броскам мяча через сетку с дальних дистанций. Игра «Точно в цель». Закаливание. СМГ. Коррекционная гимнастика. Упражнения с мячом в парах.		Выполнить сгиб и выпр рук в упоре лежа
74			Закрепление броскам мяча через сетку с дальних дистанций. Игра «Точно в цель». О.З. СМГ. Коррекционная гимнастика. Упражнения с мячом в парах.		Выполнить упр для пресса
75			Соревнование. «Кто дальше бросит через сетку». Значение подвижных и спортивных игр для здоровья человека СМГ. Коррекционная гимнастика. Упражнения с мячом в парах.		Выполнить упр для пресса
76			Закрепление броскам мяча через сетку с дальних дистанций. Игра «Вышибалы через сетку» Значение напряжения и расслабления мышц СМГ. Коррекционная гимнастика. Упражнения с мячом в парах.		Выполнить сгиб и выпр рук в упоре лежа
77			Совершенствование броскам мяча через сетку с дальних дистанций.		Выполнить упр для пресса

			Игра «Вышибалы через сетку» СМГ. Коррекционная гимнастика. Упражнения с мячом в парах.		
78			Соревнование. Броски мяча через сетку на дальность и точность. Организация игр, правила поведения и безопасности СМГ. Коррекционная гимнастика . Упражнения с мячом в парах.		Выполнять прыжки в длину с места
			Легкая атлетика		
79			Инструктаж по технике безопасности ну уроках легкой атлетики. Обучение технике прыжкам в высоту с разбега. Самоконтроль. Понятие о физическом состоянии. СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленный бег в сочетании с ходьбой		Выполнять прыжки в длину с места
80			Закрепление технике прыжкам в высоту с разбега. Игра Первая помощь при травмах. СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленный бег в сочетании с ходьбой		Выполнять прыжки в длину с места
81			Соревнование. Прыжки в высоту. Значение занятий легкой атлетикой для здоровья человека СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленный бег в сочетании с ходьбой		Выполнять прыжки в длину с места
82			Обучение броскам набивного мяча от груди и способом «снизу» Игра		Выполнять прыжки в длину с места

			«Точно в цель» Названия метательных снарядов СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленный бег в сочетании с ходьбой		
83			Обучение броскам набивного мяча из-за головы на дальность Игра «Точно в цель» СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленный бег в сочетании с ходьбой.		Выполнить сгиб и выпр рук в упоре лежа
84			Соревнование. Тестирование подтягивание. Поднимание туловища из положения лежа за 30с. Игра «Хвостики». СМГ. Коррекционная гимнастика . Медленный бег в сочетании с ходьбой		Выполнить сгиб и выпр рук в упоре лежа
85			Закрепление . Прыжки в высоту. Подтягивание. Игра «Хвостики». Медленный бег в сочетании с ходьбой		Выполнять 10 выпрыгиваний вверх
			Спортивные и подвижные игры		
86			Закрепление бросков и ловли мяча в парах. Игра « Ловишка с мячом и защитниками» Режим дня. СМГ. Коррекционная гимнастика		Выполнять приседания 20-30раз
87			Урок-игра «Ловишка с мячом и защитниками». « Вышибалы»		Прыгать на скакалке
88			Закрепление бросков мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу». Игра « Ловишка с мячом и защитниками» СМГ. Коррекционная гимнастика		Выполнять приседания 20-30раз

89			Закрепление бросков мяча в баскетбольное кольцо способом «сверху. Игра «Ловишка с мячом и защитниками». «Вышибалы» СМГ. Коррекционная гимнастика		Выполнять подним туловища из положения лежа
90			Соревнование. «Кто больше забросит мячей в кольцо». Игра «Вышибалы». СМГ. Коррекционная гимнастика		Выполнить сгиб и выпр рук в упоре лежа
91			Обучение ведению и броскам мяча баскетбольное кольцо Ига «Охотники и утки» СМГ. Коррекционная гимнастика		Выполнять приседания 20-30раз
92			Закрепление ведения и броскам мяча баскетбольное кольцо Ига «Охотники и утки СМГ. Коррекционная гимнастика		Выполнять подним туловища из положения лежа
93			Урок-игра Эстафеты с мячом. Игра «Охотники и зайцы» СМГ. Коррекционная гимнастика		Выполнить сгиб и выпр рук в упоре лежа
			Легкая атлетика		
94			Закрепление техники метания мяча с места, из положения стоя грудью в направление метания на дальность . игра «Бросай далеко, собирай быстрее», «Колдунчики» Понятия: короткая дистанция, бег на скорость, на выносливость СМГ. Коррекционная гимнастика	Демонстрируют вариативное выполнение метательных упр. Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения метательных упр., соблюдают правила безопасности. Взаимодействуют со сверстниками в процессе	Выполнять подним туловища из положения лежа
95			Закрепление техники метания мяча с		Выполнять подним

			<p>места, из положения стоя грудью в направление метания на дальность, игра «Бросай далеко, собирай быстрее», «Колдунчики»</p> <p>Значение напряжения и расслабления мышц</p> <p>СМГ. Коррекционная гимнастика, метания мяча с места</p>	<p>освоения прыжковых упр. , соблюдают правила безопасности. Применяют прыжковые упр для развития координационных , скоростно-силовых способностей , выбирают индивидуальный темп передвижения , контролируют физическую нагрузку по частоте сердечных сокращений</p>	<p>туловища из положения лежа</p>
96			<p>Соревнование. Игры « Салки парами», Режим дня</p> <p>СМГ. Коррекционная гимнастика</p>		<p>Прыгать на скакалке</p>
97			<p>Закрепление метания малого мяча на точность . Игра «Бездомный заяц» «Бросай далеко, собирай быстрее».</p> <p>Личная гигиена</p> <p>СМГ. Коррекционная гимнастика, метания мяча с места</p>		<p>Выполнить сгиб и выпр рук в упоре лежа</p>
98			<p>Тестирование бега 30м с высокого старта. Строевые упражнения.</p> <p>Подвижная игра «Займи свое место»</p> <p>Особенности дыхания</p> <p>СМГ. Коррекционная гимнастика, техника высокого старта.</p>		<p>Выполнять подним туловища из положения лежа</p>
99			<p>Соревнование. Тестирование прыжка в длину с места Игры « Ловишка», «Салки парами» СМГ. Коррекционная гимнастика, медленный бег в сочетании с ходьбой.</p>	<p>Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения беговых упр , при это соблюдая правила безопасности.</p>	<p>Прыгать на скакалке</p>
100			<p>Тестирование челночного бега</p>		<p>Выполнить сгиб и выпр</p>

			Закрепление техники прыжка в длину с разбега. Освоение строевых упражнений. Подвижная игра «Поймай меня», «Хвостики» . Названия прыжкового инвентаря СМГ. Коррекционная гимнастика, медленный бег в сочетании с ходьбой.		рук в упоре лежа
101			Тестирование подтягивания Закрепление техники прыжка в длину с разбега. Игра « Пятнашки» , «Хвостики» Значение подвижных и спортивных игр для здоровья человека СМГ. Коррекционная гимнастика, медленный бег в сочетании с ходьбой.		Прыгать на скакалке
102			Соревнование Тестирование бега 1000м. Игры « Ловишка», «Салки парами». Закаливание. СМГ. Коррекционная гимнастика, медленный бег в сочетании с ходьбой.		Выполнять подним туловища из положения лежа

Календарно-тематическое планирование 3 класс

№п/п	Дата проведения		Тема	Предметные	Домашнее задание
	Планирование	факт			
			Легкая атлетика		
1			Инструктаж по технике безопасности на уроках легкой атлетики Организационно-методические требования, применяемые на уроках физической культуры, строевые упражнения, подвижные игры «Ловишка» и «Колдунчики» СМГ. Коррекционная гимнастика. Ходьба.	Усваивают основные понятия и термины в беге, прыжках и метаниях и объясняют их назначение. Описывают технику выполнения ходьбы, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. Демонстрируют вариативное выполнение упражнений в ходьбе.	Приготовить спортивную форму для улицы
2			Тестирование бега на 30 м с высокого старта Разучивание беговой разминки, проведение тестирования бега на 30 м с высокого старта, повторение подвижных игр «Салки» и «Салки - дай руку» Понятия: короткая дистанция, бег на скорость, на выносливость СМГ. Коррекционная гимнастика. Ходьба, медленный бег.	Применяют вариативные упражнения	Прочитать с 18-19 учебника
3			Соревнование. Челночный бег, подвижные игры «Прерванные пятнашки» и «Колдунчики» Значение		Выполнить упражнения для

		занятий легкой атлетикой для здоровья человека СМГ. Коррекционная гимнастика. Ходьба. медленный бег.	вспособностей. Выбирают индивидуальный темп ходьбы, контролируют его по частоте сердечных сокращений. Описывают технику выполнения беговых упражнений, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения	пресса
4		Тестирование челночного бега 3x10м, подвижная игра «Собачки ногами», «Хвостики» Названия метательных снарядов СМГ. Коррекционная гимнастика. Ходьба. медленный бег.		
5		Обучение технике метания мяча на дальность. Прыжка в длину с разбега Игры « Бросай далеко, собирай быстрее» Названия метательных снарядов СМГ. Коррекционная гимнастика. Ходьба. медленный бег. Игра		Выполнить упражнения для пресса
6		Соревнование. Метание мяча на дальность. Игра « Собачки ногами» Названия прыжкового инвентаря СМГ. Коррекционная гимнастика. Игра.		Прочитать текст «Осанка» с. 24-25 учебник
7		Закрепление технике метания мяча на дальность, прыжка в длину с разбега Игры Бросай далеко, собирай быстрее» Признаки правильной ходьбы, бега, прыжков, осанки СМГ. Коррекционная гимнастика. Ходьба. медленный бег. Игра		Узнать какие футбольные клубы есть в России.
8		Закрепление технике метания мяча на дальность. Игры Бросай далеко, собирай быстрее» Названия метательных снарядов СМГ. Коррекционная гимнастика. Ходьба. медленный бег. Игра		Узнать названия зарубежных клубов.
9		Соревнование. Повторение техники прыжка в длину с разбега, игра «Русская лапта » Названия упражнений в прыжках в длину и высоту		Прочитать текст с. 33-34 « Сердце и

			СМГ. Медленный бег. Игра Коррекционная гимнастика Медленный бег. Игра		кровеносные сосуды»
10			Учет- прыжков длину с разбега и сместа. Повторение игры. « Собачки ногами» Понятия: короткая дистанция, бег на скорость, на выносливость СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленный бег. Игра		Прочитать текст « Орган зрения – глаз» с. 35-39 учебника
11			Тестирование метания малого мяча на точность, игра «Вышибалы» Значение подвижных и спортивных игр для здоровья человека СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленный бег. Игра		Прочитать текст «Орган слуха – уши» с 40-41 учебника
12			Соревнование Игра «Русская лапта». Значение подвижных и спортивных игр для здоровья человека		Приготовить форму для зала
13			Тестирования метания малого мяча на точность. , игра «Вышибалы». Организация игр, правила поведения и безопасности Значение подвижных и спортивных игр для здоровья СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленный бег. Игра		Прочитать « Орган осязания –кожа», « Орган вкуса – язык» с. 42-45
14			Закрепление технике метания мяча на дальность, прыжка в длину с разбега Названия упражнений в прыжках в длину и высоту СМГ. Коррекционная гимнастика Медленный бег. Игра		Прочитать « Личная гигиена» с 45-49
15			Соревнование. Поднимание туловища из положения лежа за 30с. Признаки правильной ходьбы, бега, прыжков, осанки.		Прочитать « Что нужно делать для укрепления мышц стоп » с 31
16			Закрепление. прыжки в длину с места ,Игра		Выполнить

			«Русская лапта», « Волк во рву» Значение подвижных и спортивных игр для здоровья человека СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленный бег. Игра		сгибание выпрямление рук из упора лежа
17			Тестирование подтягивание на низкой перекладине из виса лежа. Игра « Волк во рву» СМГ. Коррекционная гимнастика		Выполнить висы на перекладине .
18			Соревнование Тестирование Вис на время Игра «Хвостики» Значение напряжения и расслабления мышц СМГ. Коррекционная гимнастика. Игра		Выполнять жонглирование (мягкие игрушки).
			Подвижные и спортивные игры		
19			Разучивание игры «Перестрелка». повторение и бросков и ловли мяча . Режим дня СМГ. Коррекционная гимнастика. Упр с мячом в парах. Закаливание.	Руководствуются правилами игр, соблюдают правила безопасности.	Повторить прямые шпагаты.
20			Повторение разминки с мячом. Игра « Перестрелка» Название и правила игры в волейбол, инвентарь и оборудование СМГ. Коррекционная гимнастика Упражнения с мячом в парах.	Организовывают и проводят совместно со сверстниками подвижные игры, осуществляют	Повторить продольные шпагаты.
21			Соревнование Игры « Пустое место» « Перестрелка» СМГ. Коррекционная гимнастика. Игра с мячом.	судейство. Описывают технику игровых действий и приёмов, осваивают их	Придумать упражнение с мячом.
22			Закрепление бросков и ловли мяча Игра « Пустое место», «Перестрелка» Личная гигиена СМГ. Коррекционная гимнастика. Игра с мячом.	самостоятельно, выявляют и устраняют типичные ошибки. Взаимодействуют со	Узнать какие варианты футбола бывают
23			Повторение разминки с мячом в парах, техники бросков и ловли мяча в парах. Игра « Осада города» Профилактика близорукости СМГ. Коррекционная гимнастика. Игра с мячом.	сверстниками в процессе совместной игровой деятельности. Взаимодействуют со сверстниками в	Выполнить индидуальные задания

24		Соревнование. Упражнения с мячами в парах. Игра «Осада города» Профилактика плоскостопия СМГ. Коррекционная гимнастика. Игра с мячом.	процессе совместной игровой деятельности. Соблюдают правила безопасности	Прочитать текст «Закаливание» на с 50-51
25	Повторение упражнений с мячами в парах. Разучивание игры «Подвижная цель» СМГ. Коррекционная гимнастика. Игра с мячом.	Выполнить приседания		
26	Ведение мяча, совершенствовании е техники ведения мяча Игра «Подвижная цель» Значение напряжения и расслабления мышц СМГ. Коррекционная гимнастика. Игра с мячом.	Выполнить индии визуальные задания		
27	Соревнование Игры «Осада города» «Подвижна цель» СМГ. Коррекционная гимнастика. Игра с мячом.		Выполнить индии визуальные задания	
		Гимнастика с элементами акробатики		
28		Гимнастика инструктаж по технике безопасности на матах. Повторение техники кувырка вперед. Повторение техники кувырка вперед. Игра «Удочка» Правила безопасности во время занятий гимнастикой СМГ. Коррекционная гимнастика. Упоры, перекаты, группировка	Объясняют название и назначение гимнастических снарядов ,руководствуются правилами соблюдения снарядов.Осваивают комплексы упражнений утренней зарядку и лечебной физкультуры. Описывают состав и содержание общеразвивающих упражнений с предметами и составляют комбинат из числа разученных упражнений.	Прочитать с 29-30 учебника .
29	Кувырк вперед с разбега. Кувырка вперед через препятствие. Значение занятия гимнастикой для здоровья человека СМГ. Коррекционная гимнастика	Прочитать с 30-31 учебника		
30	Соревновании различные варианты выполнения кувырка вперед. проведение игрового упражнения на внимание СМГ. Особенности дыхания Коррекционная гимнастика Упоры, перекаты, группировка	Прочитать с.31 учебника запомнить комплекс упр.		
31		Повторение разминки на матах , разучивание		Выполнить

		кувырка назад, повторение подвижной игры «Удочка» Названия снарядов и гимнастических элементов СМГ. Коррекционная гимнастика Упоры, перекаты, группировка	Описывают технику акробатических упражнений составляют акробатические комбинации из разученных упражнений. Описывают технику гимнастических упражнений предупреждая появление ошибок и соблюдая правила безопасности	перекаты назад-вперед в группировке
32		Совершенствование техники выполнения кувырка вперед, повторение техники выполнения кувырка назад, разучивание подвижной игры «Мяч в туннеле» Названия снарядов и гимнастических элементов СМГ. Коррекционная гимнастика Упоры, перекаты, группировка	Оказывают помощь сверстникам в освоении новых гимнастических упражнений, анализируют их технику. Предупреждают появление ошибок и соблюдают правила безопасности.	Прочитать с 54-56 учебника
33		Соревнование. Круговая тренировка. повторение подвижной игры «Мяч в туннеле» Значение напряжения и расслабления мышц СМГ. Коррекционная гимнастика Упоры, перекаты, группировка	Описывают технику упражнений в лазанье и перелезании, составляют комбинации из числа разученных упражнений. Оказывают помощь сверстникам в освоении упражнений в лазанье и перелезании, анализируют их технику, выявляют ошибки и помогают в их исправлении. Осваивают технику упражнений в лазанье и перелезании,	Прочитать с 56 учебника
34		Повторение техники выполнения стойки на голове, разучивание подвижной игры «Параютисты» Особенности дыхания СМГ. Коррекционная гимнастика. Упражнения, лёжа на спине. Ходьба на носках.	Описывают технику упражнений в лазанье и перелезании, составляют комбинации из числа разученных упражнений. Оказывают помощь сверстникам в освоении упражнений в лазанье и перелезании, анализируют их технику, выявляют ошибки и помогают в их исправлении. Осваивают технику упражнений в лазанье и перелезании,	Прочитать с 56 - 57 учебника
35		Стойка на голове, разучивание техники выполнения стойки на руках, повторение подвижной игры «Параютисты» СМГ. Коррекционная гимнастика Упражнения, лёжа на спине. Ходьба на носках.		Прочитать с 58-59 учебника
36		Соревнование. Стойка на голове и на руках, проведение круговой тренировки, игра «Волшебные елочки» СМГ. Коррекционная гимнастика Упражнения, лёжа на спине. Ходьба на носках.		Прочитать с 60-62 учебника. Выполнить физические упр

37		<p>Повторение разминки, направленной на сохранение правильной осанки, совершенствование техники лазанья и пере-лезания на гимнастической стенке, повторение техники виса завесом одной и двумя ногами на перекладине, проведение подвижной игры «Белочка-защитница» Профилактика простуды. СМГ. Коррекционная гимнастика. Упражнения, лёжа на спине. Ходьба на носках.</p>	<p>предупреждают появление ошибок и соблюдают правила безопасности. Описывают технику опорных прыжков и осваивают её. Оказывают помощь сверстникам при освоении ими новых упражнений в опорных прыжках, анализируют их технику выполнения.</p>	Прочитать с 62-63 учебника
38		<p>Разучивание разминки у гимнастической стенки, проведение различных вариантов лазанья и перелезания по гимнастической стенке, совершенствование техники виса завесом одной и двумя ногами на перекладине, проведение подвижной игры «Белочка-защитница» Режим дня СМГ. Коррекционная гимнастика. Упражнения, лёжа на спине. Ходьба на носках.</p>	<p>Описывают технику упражнений на гимнастической скамейке и гимнастическом бревне, составляют комбинации из числа разученных упражнений.</p>	Прочитать с 63 учебника
39		<p>Соревнование Прыжки на скакалке. Прыжки на скакалке, игра «Горячая линия» Профилактика плоскостопия СМГ. Коррекционная гимнастика Упражнения с набивными мячами, у гимнастической лестницы. Подвижные игры.</p>	<p>Осваивают технику упражнений на гимнастической скамейке и гимнастическом бревне, предупреждая появление ошибок и соблюдая правила безопасности.</p>	Прочитать с 63 учебника выучить правила
40		<p>Разучивание прыжков и скакалку в тройках, повторение подвижной игры «Горячая линия» Профилактика близорукости СМГ. Коррекционная гимнастика. Упражнения с набивными мячами, у гимнастической лестницы. Подвижные игры.</p>	<p>Оказывают помощь сверстникам в освоении новых гимнастических упражнений, анализируют их технику,</p>	Прочитать с 66-68 учебника
41		<p>Обучение техники лазанья по канату в три приема, разучивание подвижной игры «Будь осторожен» Значение занятия гимнастикой для здоровья человека СМГ. Коррекционная гимнастика. Упражнения с набивными мячами, у гимнастической лестницы. Подвижные игры.</p>	<p>Оказывают помощь сверстникам в освоении новых гимнастических упражнений, анализируют их технику,</p>	Измерить рост, массу, окружность грудной клетки, записать в дневник самоконтроля

42			Соревнование. Проведение круговой тренировки, игры «Будь осторожен» Значение занятия гимнастикой для здоровья человека СМГ. Коррекционная гимнастика. Упражнения с набивными мячами, у гимнастической лестницы. Подвижные игры.	выявляют ошибки.	Выполнить сгибание выпрямление рук в упоре лежа записать в дневник самоконтроля
43		Повторение техники прыжков в скакалку в движении, разучивание упражнений на гимнастическом бревне, проведение подвижной игры «Шмель» СМГ. Коррекционная гимнастика. Упражнения с набивными мячами, у гимнастической лестницы. Подвижные игры.	Выполнить прыжок в высоту с места		
44		Проведение разминки, направленной на развитие координации движений, повторение упражнений на гимнастическом бревне, повторение упражнений на перекладине проведение подвижной. Признаки правильной ходьбы, бега, прыжков, осанки.СМГ. Коррекционная гимнастика Упражнения с мячами, с гимнастическими предметами, Подвижные игры.	Выполнять подбрасывание теннисного мяча		
45		Урок игра Круговая тренировка. Игра « Салки с домиками. СМГ. Коррекционная гимнастика Упражнения с мячами, с гимнастическими предметами, Подвижные игры.	Выполнить наклоны стоя из положения стоя		
46		Повторение разминки в движении. Разучивание вариантов лазания по наклонной скамейке. Игра « Белочка – защитница» СМГ. Коррекционная гимнастика Упражнения с мячами, с гимнастическими предметами, Подвижные игры.	Выполнить тестовые задания на стр 89-90		
47		Разучивание разминки с обручами в движении, повторение техники лазанья по наклонной гимнастической скамейке, повторение различных вариантов вращения обруча, разучивание подвижной игры «Перебежки с мешочком на	Стоять на одной ноге с закрытыми глазами		

			голове» Правила гигиены и техника безопасности СМГ. Коррекционная гимнастика Упражнения с мячами, с гимнастическими предметами, Подвижные игры.		
48			Урок игра Игры по выбору детей. Поведение в экстремальных ситуациях.Коррекционная гимнастика Упражнения с мячами, с гимнастическими предметами, Подвижные игры..		Играть на свежем воздухе
			Лыжная подготовка		
49			Лыжная подготовка. Инструктаж по технике безопасности. Повторение техники ступающего и скользящего шага на лыжах без палок. СМГ. Коррекционная гимнастика Медленная ходьба на лыжах.	Знать, какие организационно – методические требования применяются на уроках лыжной подготовки, какую форму одевать в зимнее время , как подбирать инвентарь, как пристегивать крепление как передвигаться на лыжах ступающего и скользящего шага с палками и без, технику передвижения попеременным двушажным ходом и одновременным	Прочитать с. 148 учебника
50		Проверка умения пристегивать крепления, совершенствовать технику передвижения ступающим и скользящим без лыжных палок шагом. Повторение с лыжными палками Значение занятий лыжами для укрепления здоровья и закаливание СМГ. Коррекционная гимнастика Медленная ходьба на лыжах.	Выполнить упражнения для пресса		
51		Соревнование. Игры « Кто быстрее» Эстафеты Основные требования к одежде и обуви во время занятий лыжамиСМГ. Коррекционная гимнастика. Медленная ходьба на лыжах. Медленная ходьба на лыжах.			
52			Закрепление поворота на лыжах переступанием, разучивание поворота на лыжах прыжком, повторение известных лыжных ходов СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленная ходьба на лыжах.		Выполнить сгибание выпрямление рук из упора лежа
53			Закрепление поворота на лыжах переступанием и прыжком, разучивание попеременного двухшажного хода на лыжах, повторение ранее изученных лыжных ходов Значение занятий лыжами		Выполнить упражнения для пресса

		для укрепления здоровья и закаливании СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленная ходьба на лыжах.	двушажным ходом. Знать как выполнять повороты на лыжах.	
54		эстафеты с изученными ходами на лыжах с палками и без палок Значение напряжения и расслабления мышц СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленная ходьба на лыжах.		
55		Закрепление попеременного двушажного хода на лыжах , разучивание одновременного двушажного хода . Прохождение дистанции 1км Основные требования к одежде и обуви во время занятий лыжами СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленная ходьба на лыжах.		Прочитать текст с 145
56		Совершенствование техники изученных лыжных ходов, повторение подъема «полуелочкой», «елочкой» на лыжах, спуска в основной стойке Основные требования к одежде и обуви во время занятий лыжами СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленная ходьба на лыжах.		Прочитать Текст с 147
57		Соревнование. Игры «Лыжники на места», «Быстрый лыжник» Особенности дыхания СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленная ходьба на лыжах.		
58		Повторение подъемов на склон «елочкой» И «полуелочкой» на лыжах , разучивание подъема на склон «лесенкой» Разучивание торможение «плугом» Особенности дыхания СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленная ходьба на лыжах.		Сгибание выпрямление рук в упоре лежа
59		Совершенствование технике передвижения на лыжах , повторение технике передвижения на		Сгибание

			лыжах «змейкой»повторение спуска на лыжах»змейкой». Спуска со склона и подъем Требования к температурному режиму СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленная ходьба на лыжах.		выпрямление рук в упоре лежа
60			Эстафеты. Игры. Медленная ходьба на лыжах. Требования к температурному режиму		
61			Совершенствование технике передвижения на лыжах. Повторение техники передвижения и спуска «змейкой» игра « Накаты» Понятия об обмороженииСМГ. Коррекционная гимнастика. Медленная ходьба на лыжах.		Выполнять приседание
62			Обучение технике спуска на лыжах в приседе , совершенствовать технику передвижения на лыжах игра «Накаты» Понятия об обморожении СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленная ходьба на лыжах		Выполнить сгибание выпрямление рук из упора лежа
63			Соревнование Игры «Накаты», эстафеты Профилактика простуды СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленная ходьба на лыжах.		
64			Прохождение дистанции 1,5 км. На лыжах катание со склона в низкой стойке. Профилактика простуды СМГ. Коррекционная гимнастика . Медленная ходьба на лыжах.		Выполнить упражнения для пресса
65			Повторение ране изученных лыжных ходов, поворотов переступанием и прыжком на лыжах , технике передвижения»змейкой» , подъема «лесенкой» и спуски в низкой стойке Личная гигиена.		Выполнить сгибание выпрямление рук из упора лежа
66			Соревнование Игры « Лыжники, на места» , Режим дня		Сгибание выпрямление рук в

			СМГ. Коррекционная гимнастика «Быстрый лыжник» Медленная ходьба на лыжах.		упоре лежа
			Подвижные и спортивные игры		
67			Подвижные игры Инструктаж по технике безопасности Разучивание разминки с мячом ,повторение технике броска мяча через волейбольную сетку. Игра «Вышибалы через сетку» Профилактика плоскостопия СМГ. Коррекционная гимнастика, упражнения с мячами: перекачивание друг другу, подбрасывание мяча вверх и ловля	Знать какие варианты бросков мяча через волейбольную сетку существуют, правила подвижных игр Вышибалы через сетку», «Пионербол» Знать волейбол как вид спорта, какими бывают волейбольные упражнения.	Выполнить упражнения для пресса
68		Повторение разминки с мячами, разучивание подвижной игры« Пионербол» Профилактика близорукости. СМГ. Коррекционная гимнастика. упражнения с мячами: перекачивание друг другу , подбрасывание мяча вверх и ловля	Выполнить сгибание выпрямление рук из упора лежа		
69		Соревнование. «Вышибалы через сетку», « Пионербол» Профилактика близорукости СМГ. Коррекционная гимнастика, упражнения с мяча-ми: перекачивание друг другу , подбрасывание мяча вверх и ловля			
70		Волейбол как вид спорт. Разучивание разминки с мячами в парах, волейбольных упражнений. Упражнений. Игра «Пионербол» СМГ. Коррекционная гимнастика, упражнения с мяча-ми: перекачивание друг другу, подбрасывание мяча вверх и ловля	Узнать историю волейбола , фамилии известных российских волейболистов.		
71		Повторение разминки в парах, волейбольных упражнений выполняемых через сетку, Игра «Пионербол» Значение напряжения и расслабления мышц СМГ. Коррекционная гимнастика,			

			упражнения с мяча-ми: перекатывание друг другу , подбрасывание мяча вверх и ловля		
72			Соревнование. «Пионербол» СМГ упражнения с мячами: перекатывание друг другу, подбрасывание мяча вверх и ловля		
73			Проверка знаний в области волейбола. Игра «Пионербол» Поведение в экстремальных ситуациях СМГ. Коррекционная гимнастика, упражнения с мячами: перекатывание друг другу , подбрасывание мяча вверх и ловля		Выполнять 20 выпрыгиваний и 20 приседаний.
74			Повторение техники броска набивного мяча способом « от груди» и «снизу» Игра «Точно в цель» Требования к температурному режиму СМГ. Коррекционная гимнастика. Ходьба и медленный бег, метание мячей на точность отскока, ПИ «Попади-поймай»		Выполнить упражнения для пресса
75			Соревнование Эстафеты с мячом. «Пионербол» Понятия об обморожении СМГ. Коррекционная гимнастика		
76			Повторение техники броска набивного мяча способом « головы вперед –вверх.» Игра «Точно в цель» Личная гигиена СМГ. Коррекционная гимнастика Ходьба и медленный бег, метание мячей на точность отскока, ПИ «Попади-поймай»		Выполнить сгибание выпрямление рук из упора лежа
77			Тестирование виса на время. Игра « Борьба за мяч» Личная гигиена СМГ. Коррекционная гимнастика. Ходьба и медленный бег, метание мячей на точность от-		

			скока, ПИ «Попади-поймай»		
78			Соревнование. Наклон вперед из положения сидя . Игра «Борьба за мяч» Личная гигиена СМГ. Коррекционная гимнастика Ходьба и медленный бег, метание мячей на точность отскока, ПИ «Попади-поймай»		Выполнить сгибание выпрямление рук из упора лежа
			Легкая атлетика		
79			Инструктаж по технике безопасности во время занятий физической культурой и легкой атлетики, повторение техники прыжка в высоту с прямого разбега. Игра « Вышибалы с кеглями» СМГ. Коррекционная гимнастика Прыжки в высоту, в длину, бег в медленном темпе в сочетании с ходьбой. Прыжки в высоту. Выбегание из различных положений		Выполнять 20 выпрыгиваний и 20 приседаний
80			Закрепление разминки с гимнастическими скамейками, повторение техники прыжка в высоту с прямого разбега. Игра « Вышибалы с кеглями» Название и правила игры в баскетбол, инвентарь и оборудование СМГ. Коррекционная гимнастика		Выполнять 20 выпрыгиваний и 20 приседаний
81			Соревнование. Подтягивание на низкой перекладине. Эстафета с баскетбольными мячами. Организация игр, правила поведения и безопасности СМГ. Коррекционная гимнастика Работа в парах с мячом.		
82			Прыжок в высоту с прямого разбега на результат. Игра «Вышибалы с кеглями» Значение подвижных и спортивных игр для здоровья человека СМГ. Коррекционная гимнастика. Работа в парах с мячом.		Выполнить сгибание выпрямление рук из упора лежа

			Подвижные и спортивные игры		
83			Знакомство с баскетболом, повторение бросков мяча в баскетбольное кольцо. Название и правила игры в баскетбол. СМГ. Коррекционная гимнастика. Работа в парах с мячом.	Знать, какие варианты бросков мяча в баскетбольное кольцо существуют, правила спортивной игры «Баскетбол	Выполнять стойку баскетболиста
84		Соревнование. Эстафета. Игра «Не дай мяча водящему» Название и правила игры в баскетбол. СМГ. Коррекционная гимнастика Работа в парах с мячом.			
85			Игра «Баскетбол», совершенствование техники бросков мяча в баскетбольные кольца. Проведение спортивной игры « Баскетбол» Значение подвижных и спортивных игр для здоровья человекаСМГ. Коррекционная гимнастика Работа в парах с мячом.		Выполнить упражнения для пресса
86			Игра «Баскетбол», совершенствование техники бросков мяча в баскетбольные кольца. Проведение спортивной игры « Баскетбол» Значение напряжения и расслабления мышц. СМГ. Коррекционная гимнастика Работа в парах с мячом.		
87			Соревнование Поднимание туловища из положения лежа за 30с..Игра «Баскетбол» Особенности дыхания СМГ. Коррекционная гимнастика Работа в парах с мячом.		
88			Прохождение полосы препятствий, игры «Удочка», « Совушка» Требования к температурному режиму СМГ. Коррекционная гимнастика Работа в парах с мячом.		Выполнять прыжковые упр

			Легкая атлетика		
89			Тестирование прыжка в длину с места «Русская лапта». Режим дня СМГ. Коррекционная гимнастика. Бег в сочетании с ходьбой, прыжка в длину с места		Выполнять прыжковые упр
90			Соревнование. Игра «Русская лапта» Режим дня СМГ. Коррекционная гимнастика Бег в сочетании с ходьбой. Игра		
91			Закрепление беговых упражнений повторение игры «Колдунчики», разучивание игры «Вызов» Понятия: короткая дистанция, бег на скорость, на выносливость СМГ. Коррекционная гимнастика СМГ. Коррекционная гимнастика. Бег в сочетании с ходьбой		Повторить поворот для челночного бега
92			Тестирование челночного бега 3x10м, подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее» Названия метательных снарядов СМГ. Коррекционная гимнастика. Бег в сочетании с ходьбой		Прочитать текст на с 10 учебника
93			Соревнование. Игры « Футбол» Разминка в движении, игра « Собачки ногами», «Футбол» Личная гигиена СМГ. Коррекционная гимнастика. Бег в сочетании с ходьбой, метание малого мяча на точность.		
94			Тестирование метание малого мяча на точность. Значение занятий легкой атлетикой для здоровья человека СМГ. Коррекционная гимнастика. Бег в сочетании с ходьбой, метание малого мяча на точность.		Повторить технику высокого старта
95			Тестирование бега 30м с высокого старта		Выполнять

			Игра « Командные хвостики» Организация игр, правила поведения и безопасности СМГ. Коррекционная гимнастика. Бег в сочетании с ходьбой, техника высокого старта		приседания 20-30раз
96			Урок- игра.« Собачки ногами», «Футбол» Значение подвижных и спортивных игр для здоровья человека.СМГ. Коррекционная гимнастика. Бег в сочетании с ходьбой, техника высокого старта		
97			Техника метания мяча «Круговая охота».СМГ. Коррекционная гимнастика. Бег в сочетании с ходьбой, метание мяча на дальность		Выполнять приседания 20-30раз
98			Тестирование бега 1000м. Проведение игры « Футбол» Признаки правильной ходьбы, бега, прыжков, осанки СМГ. Коррекционная гимнастика Бег в сочетании с ходьбой		Выполнять приседания 20-30раз
99			Урок -игра . Игры « Флаг на башне» , « Футбол» Поведение в экстремальных ситуациях СМГ. Коррекционная гимнастика Бег в сочетании с ходьбой		Выполнить упражнения для пресса
100			Тестирование метания, разучивание игры «Круговая охота» Признаки правильной ходьбы, бега, прыжков, осанкиСМГ. Коррекционная гимнастика, метание мяча на дальность		Выполнить упражнения для пресса
101			Урок играю Игры «Бросай далеко, собирай быстрее»,«Командные хвостики» Влияние плавания на состояние здоровьяСМГ. Коррекционная гимнастика. Бег в сочетании с ходьбой		Выполнить упражнения для пресса
102			Урок игра. Игры «Бросай далеко, собирай быстрее», «Командные хвостики» СМГ. Названия плавательных упражнений, способов плавания		Выполнить упражнения для пресса

			Коррекционная гимнастика. Бег в сочетании с ходьбой.		
--	--	--	--	--	--

№	Наименование раздела и тем	Характеристика основной деятельности ученика	Домашнее задание	Дата	
				По плану	фактически
1	Легкая атлетика Ходьба с изменением длины и частоты шагов. Бег с заданным темпом и скоростью. Бег на скорость в заданном коридоре. Игра «Смена сторон». Встречная эстафета». Развитие скоростных способностей. Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Инструктаж по ТБ. СМГ. Коррекционная гимнастика. Ходьба.	Знать, какие организационно-методические требования применяются на уроках физической культуры	Приготовить спортивную форму для улицы		
2	Тестирование бега 30м высокого старта Подтягивание. Понятие: эстафета. Команда «старт», «финиш». Подвижная игра «Салки» и «Салки - дай руку» СМГ. Коррекционная гимнастика. Ходьба, медленный бег. Твои физические способности.	Знать, как проходит тестирование бега на 30 м с высокого старта, правила подвижных игр «Салки» и «Салки — дай руку»	Прочитать с 18-19 учебника		
3	Соревнование. Тестирование челночного бега 3x10м. Прыжок в длину с места Значение занятий легкой атлетикой для здоровья человека Названия метательных снарядов СМГ. Коррекционная гимнастика. Ходьба. медленный бег.	Демонстрировать выполнение беговых упражнений, усваивают правила соревнований в беге, прыжках и метаниях.	Бегать на скорость.		
4	Обучение броска теннисного мяча на дальность на точность и на заданное расстояние. Бросок в цель с расстояния 4–5 метров. Игра «Невод». Развитие скоростно-силовых способностей. Тестирование 1000м. Игры Бросай далеко, собирай быстрее» Названия	Описывать технику метания мяча разными способами.	Бегать на скорость.		

	метательных снарядов СМГ. Коррекционная гимнастика. Ходьба. медленный бег. Игра				
5	Закрепление технике метания мяча на дальность и точность . Игры Бросай далеко, собирай быстрее» СМГ. Названия прыжкового инвентаря Коррекционная гимнастика. Ходьба, медленный бег. Игра	Выполнять технику метания мяча разными способами.	Бегать на скорость.		
6	Соревнование. Учет метание мяча на дальность. Игра «Кто дальше бросит» « Собачки ногами» Режим дня СМГ. Коррекционная гимнастика. Игра.		Бегать на скорость.		
7	Обучение прыжка в длину по заданным ориентирам. Тройной прыжок с места. Прыжок в длину с разбега на точность приземления. Игра «Зайцы в огороде». Развитие скоростно-силовых способностей. Комплексы упражнений на развитие скоростно-силовых качеств Названия прыжкового инвентаря СМГ. Коррекционная гимнастика. Ходьба. медленный бег. Игра .Что такое физическая культура.	Уметь правильно выполнять движения в прыжках, правильно приземляться	Прыгать в длину с места		
8	Закрепление прыжка в длину способом согнув ноги. Тройной прыжок с места. Игра «Волк во рву». Развитие скоростно-силовых способностей Значение подвижных и спортивных игр для здоровья человека СМГ. Коррекционная гимнастика. Ходьба, медленный бег. Игра		Прыгать в длину с места		
9	Соревнование. Учет - прыжок в		Прыгать в длину с		

	длину способом согнув ноги. Тройной прыжок с места. Игра «Волк во рву». Развитие скоростно-силовых способностей Профилактика плоскостопия СМГ. Коррекционная гимнастика. Ходьба, медленный бег. Игра		места		
10	Совершенствование бега координационных и скоростных способностей. «Круговая эстафета», «Встречная эстафета» Игра «Русская лапта» Первая помощь при травмах. СМГ. Коррекционная гимнастика. Ходьба, медленный бег. Игра	Применять беговые упр для развития координационных и скоростных способностей.	Прыгать в длину с места		
11	Совершенствование бега координационных и скоростных способностей, «Круговая эстафета», первая помощь при травмах «Встречная эстафета» Игра «Русская лапта» Поведение в экстремальных ситуациях СМГ. Коррекционная гимнастика. Ходьба, медленный бег. Игра		Бегать на выносливость		
12	Соревнование. Бег 60м.-учет. Эстафета Игра «Русская лапта». Правила соревнований в беге. СМГ. Коррекционная гимнастика. Ходьба, медленный бег. Игра		Бегать на выносливость		
13	Старт из различных положений. Упражнения на развитие силы мышц рук, ног, пресса. Сердце и кровеносные сосуды СМГ. Коррекционная гимнастика. Ходьба, медленный бег. Игра	Работать в группе, выполнять правила поведения в игре. Распределять роли в соревновании, оценивать результат, осваивают технику выполнения,	Бегать на выносливость		
14	Развитие скоростно-силовых и координационных способностей в		Бегать на выносливость		

	играх и эстафетах с предметами и без. Органы чувств. СМГ. Коррекционная гимнастика. Ходьба, медленный бег. Игра				
15	Вводный.	Правила поведения в бассейне			
16	Игры на воде.	Совершенствование навыка плавания кролем на груди и на спине	Стр.10-15		
17	Техника спортивных способов плавания.	Значение занятий плаванием. Совершенствование навыка плаванием кролем на груди, спине. Кроль на груди, на спине. Закрепление	Стр.10-15		
18	Кроль на груди: плавание с задержкой дыхания.	Основные упражнения для совершенствования техники плавания, стартов. Выполнять упражнения Кроль на груди, на спине	. Стр.16-20		
19	Кроль на груди: плавание с задержкой дыхания.	Проплывание в умеренном темпе на технику с полной координацией движений и с помощью движений ногами, руками. Старты, повороты. Выполнять упражнения Кроль на груди, на спине	Стр.16-20		
20	Свободное плавание	Закрепление техники плавания кролем на груди, спине Выполнять упражнения Кроль на груди, на спине.	Стр.16-20		
21	Совершенствование выполнения поворотов.	Развитие скоростной выносливости при плавании кролем на груди. Выполнять упражнения Кроль на груди, на	Стр.16-20		

		спине.			
22	Закрепление и совершенствование техники плавания кролем на груди, спине	Плавание с раздельным согласованием движений руками и ногами. Выполнять упражнения Кроль на груди, на спине.	Стр.16-20		
23	ОРУ. Совершенствование ловли и передачи мяча в кругу Ведение мяча правой и левой рукой в движении. Эстафеты. Игра «Мяч ловцу». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей. Личная гигиена. СМГ. Коррекционная гимнастика. Игра с мячом		Выполнять упражнения для пресса		
24	Соревнование. Эстафеты. Игра «Мяч ловцу». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей. Профилактика близорукости СМГ. Коррекционная гимнастика. Игра с мячом		Выполнять сгибание выпрямление рук в упоре лежа		
25	ОРУ. Ловля и передача мяча в кругу Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Эстафеты. Игра «Снайперы». Игра в мини-баскетбол. Закаливание. СМГ. Коррекционная гимнастика. Игра с мячом		Выполнять сгибание выпрямление рук в упоре лежа		
26	ОРУ. Учет ловли и передачи мяча в кругу Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Эстафеты. Игра «Снайперы». Игра в мини-баскетбол. Особенности дыхания СМГ. Коррекционная гимнастика. Игра с мячом		Выполнять сгибание выпрямление рук в упоре лежа		
27	Эстафеты. Игра «Снайперы». Игра в мини-баскетбол. Профилактика близорукости . СМГ. Коррекционная		Выполнять упражнения для пресса		

	гимнастика. Игра с мячом				
28	Гимнастика. Инструктаж по ТБ обучение кувырка вперед, кувырка назад. Выполнение команд «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!». Ходьба по бревну большими шагами и выпадами. СМГ Коррекционная гимнастика . спортивная обувь и одежда.	Описывают технику на гимнастических снарядах, предупреждая появление ошибок и соблюдая правила безопасности	Прыгать через скакалку, подтягиваться		
29	Обучение гимнастического моста с помощью и самостоятельно. Закрепление кувырока назад и перекат, стойка на лопатках. Выполнение команд: «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!». Обучение ходьбы по бревну на носках. Игра «Что изменилось?» Гимнастика как вид спорта. СМГ Коррекционная гимнастика . Мозг и нервная система.	Описывают и осваивают технику выполнения гимнастических упр . Составляют комбинацию из числа разученных упр.	Прыгать через скакалку, подтягиваться		
30	Соревнование. Лучший кувырок вперед и назад. Признаки правильной ходьбы, бега, прыжков, осанки СМГ Коррекционная гимнастика.		Прыгать через скакалку, подтягиваться		
31	Закрепление гимнастического моста с помощью и самостоятельно Совершенствовать кувырок назад и перекат, стойка на лопатках. Выполнение команд: «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!». Закрепление ходьбы по бревну на носках.. Игра «Что изменилось?» Признаки правильной ходьбы, бега, прыжков, осанки СМГ Коррекционная гимнастика .		Прыгать через скакалку, подтягиваться		
32	Совершенствование гимнастического	Выполняют основные упр . для	Прыгать через		

	моста с помощью и самостоятельно Кувырок назад и пережат, стойка на лопатках. Выполнение команд: «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!». Совершенствование ходьбы по бревну на носках. Развитие координационных способностей. Игра «Что изменилось?» СМГ Коррекционная гимнастика. Твои физические способности.	развития гибкости.	скакалку, подтягиваться		
33	Соревнование. Учет - акробатическая комбинация. Значение занятия гимнастикой для здоровья человека СМГ Коррекционная гимнастика .		Прыгать через скакалку, подтягиваться		
34	Висы. ОРУ с предметами. Обучение вису завесом, вису на согнутых руках, согнув ноги. Эстафеты. Игра «Посадка картофеля». СМГ Коррекционная гимнастика .	Описывают технику на гимнастических снарядах , предупреждая появление ошибок и соблюдая правила безопасности.	Прыгать через скакалку, подтягиваться, ору на гибкость		
35	ОРУ с предметами. Закрепление вису завесом, вису на согнутых руках, согнув ноги. Эстафеты. Игра «Посадка картофеля». Профилактика простуды СМГ Коррекционная гимнастика .		Прыгать через скакалку, подтягиваться, ору на гибкость		
36	Соревнование. Кто дольше провисит на перекладине? Эстафета. Значение напряжения и расслабления мышц		Прыгать через скакалку, подтягиваться, ору на гибкость		
37	ОРУ с предметами. На гимнастической стенке вис прогнувшись, поднятие ног в висе, подтягивание в висе. Эстафеты. Игра «Посадка картофеля». Правила гигиены и техника безопасности		Выполнять сгибание выпрямление рук в упоре лежа		

	СМГ Коррекционная гимнастика.				
38	ОРУ с предметами. Учет на гимнастической стенке вис прогнувшись, поднимание ног в висячем положении, подтягивание в висячем положении. Эстафеты. Игра «Посадка картофеля». Режим дня СМГ Коррекционная гимнастика .		Выполнять сгибание выпрямление рук в упоре лежа		
39	Соревнование. Гимнастическая полоса препятствий. Признаки правильной ходьбы, бега, прыжков, осанки.				
40	Опорный прыжок, лазание по канату. Обучение лазанию по канату в три приема. Перелезание через препятствие. Игра «Прокати быстрее мяч». Правила безопасности во время занятий гимнастикой Развитие скоростно-силовых качеств	Описывают и осваивают технику опорных прыжков, лазания по канату и осваивают ее, соблюдают правила безопасности.	Выполнять сгибание выпрямление рук в упоре лежа		
41	Закрепление лазанию по канату в три приема. Перелезание через препятствие. Игра «Прокати быстрее мяч». Профилактика плоскостопия СМГ Коррекционная гимнастика		Выполнять сгибание выпрямление рук в упоре лежа		
42	Соревнование. Кто быстрее залезет на канат? Лучшая комбинация.				
43	Учет- лазание по канату в три приема. Перелезание через препятствие. Обучение опорному прыжку на горку матов. Вскок в упор на коленях, соскок взмахом рук. Игра «Прокати быстрее мяч». Профилактика близорукости СМГ Коррекционная гимнастика		Выполнять сгибание выпрямление рук в упоре лежа		
44	Совершенствование лазания по канату в три приема. Перелезание через препятствие. Закрепление опорного прыжка на горку матов. Вскок в упор		Выполнять «мост» Выполнять комплекс упражнений на развитие гибкости		

	на коленях, соскок взмахом рук. Игра «Прокати быстрее мяч». Значение занятия гимнастикой для здоровья человека СМГ Коррекционная гимнастика				
45	Соревнование. Гимнастическая полоса препятствий. Поведение в экстремальных ситуациях СМГ Коррекционная гимнастика		Выполнять «мост»		
46	Совершенствование опорного прыжка на горку матов. Вскок в упор на коленях, соскок взмахом рук. Игра «Прокати быстрее мяч». Требования к температурному режиму СМГ Коррекционная гимнастика		Выполнять «мост» Выполнять комплекс упражнений на развитие гибкости		
47	Учет-опорного прыжка на горку матов. Вскок в упор на коленях, соскок взмахом рук. Игра «Прокати быстрее мяч». СМГ Коррекционная гимнастика				
48	Соревнование. Сдача комплекса ГТО на 32 счета. Значение занятия гимнастикой для здоровья человека		Выполнять «мост»		
49	Лыжная подготовка. Инструктаж по технике безопасности. Повторение техники ступающего и скользящего шага на лыжах без палок. СМГ. Коррекционная гимнастика Медленная ходьба на лыжах. Одежда лыжника.	Применяют передвижение на лыжах для развития координационных способностей и выносливости, контролируют скорость бега на лыжах по частоте сердечных сокращений.	Выполнять ходьбу на лыжах		
50	Проверка умения пристегивать крепления, совершенствовать технику передвижения ступающим и скользящим без лыжных палок шагом. Повторение с лыжными палками СМГ. Коррекционная гимнастика Медленная ходьба на лыжах. Правила поведения на занятиях		Выполнять передвижения ступающим и приставным шагами		
51	Соревнование. Игры «Кто быстрее» Эстафеты. Профилактика обморожений. Первая помощь при обморожениях. СМГ. Коррекционная	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах,	Выполнять скользящий шаг без палок.		

	гимнастика. Медленная ходьба на лыжах. Медленная ходьба на лыжах. Правила поведения на занятиях Значение занятий лыжами для укрепления здоровья и закаливание	соблюдают правила безопасности. Применяют правила подбора одежды для занятий бегом на лыжах. Используют бег на лыжах в организации активного отдыха.			
52	Закрепление поворота на лыжах переступанием, разучивание поворота на лыжах прыжком, повторение известных лыжных ходов СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленная ходьба на лыжах. Правила поведения на занятиях		Выполнять повороты переступанием		
53	Закрепление поворота на лыжах переступанием и прыжком, разучивание попеременного двухшажного хода на лыжах, повторение ранее изученных лыжных ходов Понятия об обморожении СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленная ходьба на лыжах.		Выполнять повороты переступанием		
54	эстафеты с изученными ходами на лыжах с палками и без палок Профилактика простуды СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленная ходьба на лыжах.		Выполнять спуски и подъемы на лыжах.		
55	Закрепление попеременного двухшажного хода на лыжах , разучивание одновременного двухшажного хода . Прохождение дистанции 1км Понятия об обморожении СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленная ходьба на лыжах.		Выполнять спуски и подъемы на лыжах.		
56	Совершенствование техники изученных лыжных ходов, повторение подъема «получелочкой», «елочкой» на лыжах, спуска в основной стойке Требования к температурному режиму	Выполнять спуски и подъемы на лыжах.			

	СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленная ходьба на лыжах.				
57	Соревнование. Игры «Лыжники на места», «Быстрый лыжник» Особенности дыхания СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленная ходьба на лыжах.		Выполнять попеременный двухшажный ход		
58	Повторение подъемов на склон «елочкой» И «полуелочкой» на лыжах , разучивание подъема на склон «лесенкой» Разучивание торможение «плугом» Значение занятий лыжами для укрепления здоровья и закаливание СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленная ходьба на лыжах.		Выполнять спуски и подъемы на лыжах.		
59	Совершенствование технике передвижения на лыжах , повторение технике передвижения на лыжах «змейкой»повторение спуска на лыжах»змейкой». Спуска со склона и подъем Требования к температурному режиму СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленная ходьба на лыжах.		Выполнять попеременный двухшажный ход		
60	Эстафеты. Игры. Медленная ходьба на лыжах. Поведение в экстремальных ситуациях		Выполнять попеременный двухшажный ход		
61	Совершенствование технике передвижения на лыжах. Повторение техники передвижения и спуска «змейкой» игра « Накаты» Значение занятий лыжами для укрепления здоровья и закаливание СМГ.		Катание на санках		

	Коррекционная гимнастика. Медленная ходьба на лыжах.				
62	Обучение технике спуска на лыжах в приседе , совершенствовать технику передвижения на лыжах игра «Накаты» Основные требования к одежде и обуви во время занятий лыжами СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленная ходьба на лыжах		Выполнять передвижение на лыжах до 1,5 км		
63	Соревнование Игры «Накаты», эстафеты СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленная ходьба на лыжах. Понятия об обморожении		Разработать комплекс упражнений на развитие выносливости		
64	Прохождение дистанции 1,5 км. На лыжах катание со склона в низкой стойке. Значение занятий лыжами для укрепления здоровья и закаливание СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленная ходьба на лыжах.		Выполнять упражнения на развитие выносливости		
65	Повторение ранее изученных лыжных ходов, поворотов переступанием и прыжком на лыжах, технике передвижения «змейкой» , подъема «лесенкой» и спуски в низкой стойке Режим дня СМГ. Коррекционная гимнастик. Медленная ходьба на лыжах		Выполнять ступающий шаг без палок и с палками		
66	Соревнование Игры « Лыжники, на места» , Профилактика простуды СМГ. Коррекционная гимнастика «Быстрый лыжник» Медленная ходьба на лыжах.		Выполнять подъём «лесенкой»		
67	Прохождение дистанции 2 км. На		Выполнять подъемы		

	лыжах катание со склона в низкой стойке. Профилактика простуды СМГ. Коррекционная гимнастик. Медленная ходьба на лыжах.		и спуски с небольших склонов		
68	Повторение ранее изученных лыжных ходов , поворотов переступанием и прыжком на лыжах , технике передвижения»змейкой» , подъема «лесенкой» и спуски в низкой стойке		Выполнять специальные дыхательные упражнения		
69	Соревнование Сдача комплекса ГТО.СМГ. Коррекционная гимнастика. Медленная ходьба на лыжах.		Выполнять прыжки со скакалкой		
70	Подвижные игры на базе волейбола. Закрепление ловли и передачи волейбольного мяча. Игра «Овладей мячом» . «Пионербол» Название и правила игры в пионербол и волейбол. СМГ. Коррекционная гимнастика Подвижные игры	Взаимодействуют со сверстниками в процессе игровой деятельности.			
71	Обучение подбрасыванию и подачи мяча , прием и передача мяча в волейболе. «Пионербол» Значение подвижных и спортивных игр для здоровья человека СМГ. Коррекционная гимнастика Подвижные игры		Выполнять упражнения на развитие реакции		
72	Соревнование. Лучшая подача. Игра «Пионербол» Значение напряжения и расслабления мышц. СМГ. Коррекционная гимнастика Подвижные игры		Выполнять упражнения на развитие реакции		
73	Обучение подбрасыванию и подачи мяча , прием и передача мяча в волейболе. «Пионербол» Название и правила игры в волейбол, инвентарь и оборудование		Выполнять упражнения для пресса		

	СМГ. Коррекционная гимнастика Подвижные игры				
74	Обучение подбрасыванию и подачи мяча , прием и передача мяча в волейболе. «Пионербол» Правила гигиены и техника безопасности			Выполнять упражнения для пресса	
75	Урок –игра. « Овладей мячом» , « Охотники и утки» СМГ. Коррекционная гимнастика Подвижные игры				
76	Закрепление подбрасыванию и подачи мяча , прием и передача мяча в волейболе. «Пионербол» Значение подвижных и спортивных игр для здоровья человека СМГ. Коррекционная гимнастика Подвижные игры				
77	Закрепление подбрасыванию и подачи мяча , прием и передача мяча в волейболе. «Пионербол» Особенности дыхания СМГ. Коррекционная гимнастика Подвижные игры.			Выполнять упражнения для пресса	
78	Соревнование. Лучшая подача. Игра «Пионербол» Организация игр, правила поведения и безопасности СМГ. Коррекционная гимнастика Подвижные игры				
79	Инструктаж по технике безопасности при проведении занятий по лёгкой атлетике – Закрепление технику перебрасывания и ловли мяча (перебрасывание мяча с руки на руку). Метание малого мяча с разбега в цель. Техника безопасности на занятиях.	Демонстрируют вариативное выполнение метательных упр. Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения метательных упр. , соблюдают правила безопасности.		Челночный бег 3*10м.	
	Техника безопасности на занятиях.	Взаимодействуют со			

	Коррекционная гимнастика. «Весёлые старты». Метание малого мяча в цель.	сверстниками в процессе освоения прыжковых упр. , соблюдают правила безопасности. Применяют прыжковые упр для развития координационных , скоростно-силовых способностей , выбирают индивидуальный темп передвижения , контролируют физическую нагрузку по частоте сердечных сокращений. .			
80	Совершенствовать технику метания малого мяча с разбега в цель. Обучение прыжкам в высоту способом «ножницы». Челночный бег 3*10м.Круговая эстафета. Личная гигиена		Прыгать через скакалку на скорость		
	Коррекционная гимнастика. «Весёлые старты». Метание малого мяча в цель. Значение занятий легкой атлетикой для здоровья человека СМГ. Коррекционная гимнастика. Метание малого мяча в цель				
81	Соревнование «Кто самый меткий», «Кто выше всех прыгнет» Требования к температурному режиму		Прыгать через скакалку на скорость.		
	Коррекционная гимнастика. «Весёлые старты». Метание малого мяча в цель. Названия метательных снарядов Правила гигиены и техника безопасности				
82	Учёт по технике метания малого мяча с разбега в цель. Закрепление технике прыжков высоту способом «ножницы». Челночный бег 3*10м. на время. Эстафета с эстафетной палочкой Поведение в экстремальных ситуациях		Прыгать через скакалку на скорость		
	Коррекционная гимнастика. Упражнения для развития быстроты движений, гибкости. Прыжки в высоту. Подвижные игры.				
83	Совершенствовать технику прыжков высоту способом		Прыгать через скакалку на скорость		

	«ножницы». Закрепление бросков набивного мяча из-за головы, от груди. Игра «Перестрелка». Профилактика плоскостопия				
	Коррекционная гимнастика. Упражнения для развития быстроты движений, гибкости. Прыжки в высоту. Подвижные игры.				
84	Соревнование Бросок набивного мяча из-за головы. «Мини-футбол»		Выполнять сгибание выпрямление рук в упоре лежа		
85	Совершенствовать технику прыжков высоту способом «ножницы». Игра «Пререстрелка» Игра на внимание.		Выполнять сгибание выпрямление рук в упоре лежа		
	Коррекционная гимнастика. Упражнения для развития быстроты движений, гибкости. Прыжки в высоту. Подвижные игры.				
86	Учёт по технике прыжков высоту способом «ножницы» Круговая эстафеты. Игра «Перестрелка »	Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения беговых упр , при это соблюдая правила безопасности.	Выполнять сгибание выпрямление рук в упоре лежа		
	Коррекционная гимнастика. Упражнения для развития быстроты движений, гибкости. Прыжки в высоту. Подвижные игры. Профилактика плоскостопия				
87	Соревнование. Сдача комплекса ГТО подтягивание. Метание мяча. Игры «мини-футбол», « Русская лапта »		Бегать на выносливость.		
	Коррекционная гимнастика. Подвижные игры.				
88	Совершенствовать навыки быстрого		Бегать на		

	выполнения строевых упражнений. Закрепление круговой и встречной эстафет. Закрепление прыжков в длину с места Игра «Лапта».		выносливость		
	Коррекционная гимнастика. Чередование бега и ходьбы (100 м бег, 80 м ходьба). Подвижные игры.				
89	Закрепление бега в коридоре из разных и.п. с максимальной скоростью до 60м. Обучение метанию мяча на дальность. Игра «Русская лапта»		Бегать на выносливость.		
	Коррекционная гимнастика. Чередование бега и ходьбы (100 м бег, 80 м ходьба). Подвижные игры.				
90	Соревнование Сдача комплекса ГТО бег 60м., 1000м..		Выполнять упр для пресса		
	Коррекционная гимнастика.. Подвижные игры.				
91	Закрепление бега в коридоре из разных и.п. с максимальной скоростью до 60м.Закрепление метанию мяча на дальность. Игра «Русская лапта»		Прыгать в длину с места.		
	Коррекционная гимнастика. Подвижные игры. Броски баскетбольного мяча в кольцо. Ведение баскетбольного мяча.				
93	Закрепление бега в коридоре из разных и.п. с максимальной скоростью до 60м. Закрепление метания мяча на дальность. Игра «Русская лапта»		Прыгать в длину с места.		
	Коррекционная гимнастика. Подвижные игры. Броски				

	баскетбольного мяча в кольцо. Ведение баскетбольного мяча.				
93	Соревнование Игры Тестирование челночного бега 3x10м. «Русская лапта». Влияние плавания на состояние здоровья		Прыгать в длину с места.		
	Коррекционная гимнастика. Подвижные игры. Ведение баскетбольного мяча.				
94	Закрепление бега в коридоре из разных и.п. с максимальной скоростью до 60м Учет метанию мяча на дальность. Игра «Русская лапта» Требования к температурному режиму		Прыгать в длину с места.		
	Коррекционная гимнастика. Строевые упр. Упр. с набивным мячом. Игры.				
95	Обучение прыжкам в длину с разбега. Бег 60м. Игра «Русская лапта» Правила гигиены и техника безопасности.		Прыгать в длину с места.		
	Коррекционная гимнастика. Строевые упр. Упр. с набивным мячом. Игры				
96	Соревнование. Бег 60м. Игра: «Русская лапта», «Самый меткий» Названия плавательных упражнений, способов плавания		Выполнять упр для пресса		
	Коррекционная гимнастика. Строевые упр. Игры				
97	Закрепление прыжкам в длину с разбега. Тестирование прыжка в длину с места. Игра «Русская лапта» Названия прыжкового инвентаря		Выполнять упр для пресса		
	Коррекционная гимнастика. Прыжки через скакалку. Игры				

98	Закрепление прыжкам в длину с разбега. Тестирование Подтягивание Игра «Русская лапта» Названия упражнений в прыжках в длину и высоту.		Выполнять упр для пресса		
	Коррекционная гимнастика. Игры				
99	Соревнование. Бег 60м. Игра: «Русская лапта», «Кто быстрее» Подтягивание. Профилактика плоскостопия		Выполнять упр для пресса		
	Коррекционная гимнастика. Игры				
100	Учет прыжка в длину с разбега. Тестирование бега 1000м. Игра «Русская лапта». Правила гигиены и техника безопасности		Бегать на скорость		
	Коррекционная гимнастика. Строевые упр. Игры				
101	Игра «Русская лапта» Беседа: «Правила приёма солнечных и воздушных ванн», «Правила поведения на воде во время купания в открытых водоёмах», «Двигательный режим в дни летних каникул».		Бегать на скорость		
	Коррекционная гимнастика. Строевые упр. Игры				
102	Игры по выбору детей Поведение в экстремальных ситуациях		Бегать на скорость		
	Коррекционная гимнастика. Подвижные игры. Подведение итогов года. Индивидуальное задание каждому ученику на лето				