

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Республики Марий Эл

Муниципальное образование Моркинский муниципальный район
Республики Марий Эл

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«Кумужьяльская основная общеобразовательная школа»

РАССМОТРЕНО:
на заседании МО учителей
Руководитель Г.П.Декина
/Г.П.Декина/
Протокол № 1 от

« 30 » 08 2023г.

СОГЛАСОВАНО:
Зам.дир.поУВР:
А.И.Ахметова
/А.И.Ахметова/



**Адаптированная рабочая программа
начального общего образования
по физической культуре
для 2 класса
на 2023-2024 учебный год**

Разработана:

Валериановым В.И.

Учителем первой

квалификационной категории

2023 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа по предмету физическая культура составлена на основании:

- Федерального закона от 29.12.2012г. № 273 ФЗ «об образовании в Российской Федерации»;
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации «Об утверждении федеральных перечней учебников, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих образовательные программы общего образования и имеющих государственную аккредитацию от 31 марта 2014г. № 253;
- АООП МОУ «Кумужьяльская основная общеобразовательная школа» для обучающихся 1, 2, 3 классов в соответствии с требованиями ФГОС на 2023-2024 учебный год (Вариант 1).
- Учебного плана на 2023/2024 учебный год Муниципального общеобразовательного учреждения «Кумужьяльская основная общеобразовательная школа»;
- Письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.10.2015г. № 08-1786 «О рабочих программах учебных предметов»;

Выдвигается ряд конкретных задач физического воспитания:

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

Система физического воспитания, объединяющая все формы занятий физическими упражнениями, должна способствовать социализации ученика в обществе, формированию духовных способностей ребенка. В связи с этим, в основе обучения физическим упражнениям должны просматриваться следующие принципы:

- индивидуализация и дифференциация процесса обучения;
- коррекционная направленность обучения;
- оптимистическая перспектива;

- комплексность обучения на основе прогрессивных психолого-педагогических и психолого-физиологических теорий.

Содержание программного материала уроков состоит из базовых основ физической культуры и большого количества подготовительных, подводящих и коррекционных упражнений.

Рабочая программа рассчитана на 68 часов (2 часа в неделю).

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

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

Цели рабочей программы по физической культуре.

Задачи изучения физической культуры

- Формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни; соблюдение индивидуального режима питания и сна.
- Воспитание интереса к физической культуре и спорту, формирование потребности в систематических занятиях физической культурой и доступных видах спорта.
- Формирование и совершенствование основных двигательных качеств: быстроты, силы, ловкости и др.
- Овладение основами доступных видов спорта в соответствии с возрастными и психофизическими особенностями обучающихся.
- Воспитание нравственных качеств и свойств личности.

Цель изучения физической культуры в I–IV классах определяет всестороннее развитие личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в процессе приобщения их к физической культуре, коррекцию недостатков психофизического развития, расширение индивидуальных двигательных возможностей, социальную адаптацию. Задачами выступают:

- Коррекция нарушений физического развития;
- Формирование двигательных умений и навыков;
- Развитие двигательных способностей в процессе обучения;
- Укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;

- Раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;
- Формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;
- Формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- Формирование познавательных интересов, сообщение доступных теоретических сведений по физической культуре;
- Воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями;
- Воспитание нравственных, морально-волевых качеств (настойчивости, смелости), навыков культурного поведения;

Коррекция недостатков психического и физического развития с учетом возрастных особенностей обучающихся, предусматривает:

- обогащение чувственного опыта;
- коррекцию и развитие сенсомоторной сферы;
- формирование навыков общения, предметно-практической и познавательной деятельности.

Целью рабочей программы по физической культуре для 2 класса является формирование основ физической культуры личности, которая включает в себя ценностные ориентации, культуру образа жизни, психофизическое здоровье (включая оптимальное физическое состояние) и знания.

Данная цель конкретизируется в виде последовательного решения следующих задач:

- Образовательные задачи включают: овладение техникой основных движений, гимнастических, легкоатлетических упражнениях, подвижных, коррекционных игр и формированием основ знаний в области физической культуры.
- Воспитательные задачи направлены на формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре и воспитание нравственных качеств и свойств личности.
- Развивающие задачи решаются путем целенаправленного развития спектра физических способностей ребенка.
- Оздоровительные задачи связаны с развитием возможностей систем организма, а так же профилактикой и коррекцией соматических заболеваний и нарушений здоровья.
- Коррекционные задачи направлены на коррекцию двигательных нарушений и развитие волевой сферы.

Решение каждой из задач возможно только в комплексе.

Общая характеристика физической культуры

Учебный предмет физическая культура входит в число обязательных предметных областей учебного плана. В примерном годовом учебном плане общего образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) АООП для второго класса предусмотрено 68 часов в год (2 часа в неделю).

Количество часов, отводимых на освоение разделов учебного предмета физическая культура в 2 классе.

Раздел	Кол-во часов
Основы знаний	1
Гимнастика	6
Легкая атлетика	20
Подвижные игры	24
Лыжная подготовка	9
Школа мяча	8
Общее количество часов	68

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Содержание примерной рабочей программы отражено в четырех разделах: «Знания о физической культуре», «Гимнастика», «Легкая атлетика», «Подвижные игры».

Программой предусмотрены следующие виды работы:

- беседы о содержании и значении физических упражнений для повышения качества здоровья и коррекции нарушенных функций;
- выполнение физических упражнений на основе показа учителя;

- выполнение физических упражнений без зрительного сопровождения, под словесную инструкцию учителя;
- самостоятельное выполнение упражнений;
- занятия в тренирующем режиме;
- развитие двигательных качеств на программном материале гимнастики, легкой атлетики, формирование двигательных умений и навыков в процессе подвижных игр.

Знания о физической культуре

Правила поведения на уроках физической культуры (техника безопасности). Значение физических упражнений для здоровья человека. Формирование понятий: опрятность, аккуратность. Физическая нагрузка и отдых. Физическое развитие. Осанка. Физические качества. Понятия о предварительной и исполнительной командах. Предупреждение травм во время занятий. Значение и основные правила закаливания.

Гимнастика

Теоретические сведения. Элементарные сведения о гимнастических снарядах и предметах. Правила поведения на уроках гимнастики. Понятия: колонна, шеренга, круг. Элементарные сведения о правильной осанке, равновесии. Развитие двигательных способностей и физических качеств с помощью средств гимнастики.

Практический материал.

Построения и перестроения.

Упражнения без предметов (корректирующие и общеразвивающие упражнения):

основные положения и движения рук, ног, головы, туловища; упражнения для расслабления мышц; мышц шеи; укрепления мышц спины и живота; развития мышц рук и плечевого пояса; мышц ног; на дыхание; для развития мышц кистей рук и пальцев; формирования правильной осанки; укрепления мышц туловища.

Упражнения с предметами:

с гимнастическими палками; флажками; малыми обручами; малыми мячами; большим мячом; набивными мячами; упражнения на равновесие; лазанье; упражнения для развития пространственно-временной дифференцировки и точности движений; передача предметов; прыжки.

Легкая атлетика

Теоретические сведения. Элементарные понятия о ходьбе, беге, прыжках и метаниях. Правила поведения на уроках легкой атлетики. Понятие о начале ходьбы и бега; ознакомление учащихся с правилами дыхания во время ходьбы и бега. Ознакомление учащихся с правильным положением тела во время выполнения ходьбы, бега, прыжков, метаний. Значение правильной осанки при ходьбе. Развитие двигательных способностей и физических качеств средствами легкой атлетики.

Практический материал:

Ходьба. Ходьба парами по кругу, взявшись за руки. Обычная ходьба в умеренном темпе в колонне по одному в обход зала за учителем. Ходьба по прямой линии, ходьба на носках, на пятках, на внутреннем/ внешнем своде стопы. Ходьба с сохранением правильной осанки. Ходьба в чередовании с бегом. Ходьба с изменением скорости. Ходьба с различным положением рук: на пояс, к плечам, перед грудью, за голову. Ходьба с изменением направлений по ориентирам и командам учителя. Ходьба с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра. Ходьба в медленном, среднем и быстром темпе. Ходьба с выполнением упражнений для рук в чередовании с другими движениями; со сменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т. д.

Бег. Перебежки группами и по одному 15—20 м. Медленный бег с сохранением правильной осанки, бег в колонне за учителем в заданном направлении. Чередование бега и ходьбы на расстоянии. Бег с преодолением простейших препятствий (канавки, подлезание под сетку, обегание стойки и т. д.). Быстрый бег на скорость. Медленный бег. Чередование бега и ходьбы.

Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте и с продвижением вперед, назад, вправо, влево. Перепрыгивание через начерченную линию, шнур, набивной мяч. Прыжки с ноги на ногу на отрезках до. Подпрыгивание вверх на месте с захватом или касанием висящего предмета (мяча). Прыжки в длину с места. Прыжки с высоты с мягким приземлением. Прыжки с небольшого разбега в длину.

Метание. Правильный захват различных предметов для выполнения метания одной и двумя руками. Прием и передача мяча, флажков, палок в шеренге, по кругу, в колонне. Произвольное метание малых и больших мячей в игре. Броски и ловля волейбольных мячей. Метание с места малого мяча в стенку

правой и левой рукой. Метание большого мяча двумя руками из-за головы и снизу с места в стену.

Игры

Теоретические сведения. Элементарные сведения о правилах игр и поведении во время игр. Правила игр. Элементарные игровые технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником). Элементарные сведения по овладению игровыми умениями (ловля мяча, передача, броски, удары по мячу и т.д.)

4. Планируемые результаты освоения учебного предмета

Программа обеспечивает достижения учащейся **личностных результатов:**

- формирование уважительного отношения к иному мнению;
- развитие адекватных представлений о собственных возможностях;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- овладение социально - бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;
- овладение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Программа обеспечивает достижения учащейся 2 класса **базовых учебных действий:**

1. Личностные учебные действия:

- осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, как члена семьи, друга;
- самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей.

2. Коммуникативные действия.

- вступать в контакт и работать в коллективе (учитель-ученик, ученик-ученик, ученик-класс);
- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
- обращаться за помощью и принимать помощь;
- слушать и понимать интеракцию к учебному заданию в разных видах деятельности и в быту.

3. Регулятивные учебные действия:

- ориентироваться в пространстве класса (зала, учебного помещения);
- пользоваться учебной мебелью;
- адекватно использовать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т.д.);
- работать с учебными принадлежностями (инструментами) и организовывать свое рабочее место;
- принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;
- активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия;
- соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать ее с учетом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учетом выявленных недочетов.

4. Познавательные учебные действия:

- выделять существенные, общие и отличительные свойства предметов;
- устанавливать видо-родовые отношения предметов;
- делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;
- пользоваться знаками, символами, предметами – заместителями;
- наблюдать, работать с информацией (понимать изображение, устной высказывание предъявленное на бумажных и электронных носителях);
- применять начальные сведения о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета и для решения познавательных и практических задач;
- использовать в жизни и деятельности некоторые межпредметные знания, отражающие доступные существенные связи и отношения

между объектами и процессами.

Предметные результаты:

- организация отдыха и досуга средствами физической культуры;
- принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
- организованно строиться;
- самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
- соблюдать темп движений, обращая внимание на инструкцию, выполнять общеразвивающие движения в определенном ритме и темпе.

Основные требования к знаниям и умениям учащейся.

К концу обучения во 2 классе учащаяся должна уметь:

Минимальный уровень:

- представления о физической культуре как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- выполнение комплекса гимнастики под руководством учителя;
- знание основных правил поведения на уроках физической культуры и осознанное их применение;
- выполнение несложных упражнений по словесной инструкции;
- представления о двигательных действиях, подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- ходьба в различном темпе с различными исходными положениями;
- знание правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности.

Достаточный уровень:

- практическое освоение элементов гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр и других видов физической культуры;
- самостоятельное выполнение комплексов гимнастики;
- владение комплексами упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища;
- выполнение основных двигательных действий в соответствии с заданием учителя: бег, ходьба, прыжки и др.;
- знание способов использования различного спортивного инвентаря в основных видах двигательной активности и их применение в практической деятельности;
- знание правил и техники выполнения двигательных действий, применение усвоенных правил при выполнении двигательных действий под руководством учителя;
- соблюдение требований техники безопасности на уроках физической культуры.

Календарно – тематическое планирование

№	Дата		Тема урока	Реализация обязательного образовательного уровня	Дидактическое Обеспечение, наглядные пособия, учебник и т.д.	Межпредметные связи
	По плану	факт				
Легкая атлетика 12 часов						
1			Инструктаж по технике безопасности на уроке. Основы знаний – правила поведения на спортивной площадке.	Сообщать знания по физической культуре, научить считать ЧСС	Инструкции по технике безопасности	
2			Ходьба в быстром темпе	Формировать двигательные навыки и умения	Свисток, секундомер	математика
3			Ходьба в приседе. Сочетание различных видов ходьбы.	Формировать двигательные навыки и умения	Свисток, секундомер	математика
4			Разучивание техники низкого старта. Быстрый бег на месте до 10 секунд.	Формировать двигательные навыки и умения	Свисток, секундомер	математика
5			Разучивание техники бега на 30 метров из положения высокий старт	Формировать двигательные навыки и умения	Свисток, секундомер	математика
6			Разучивание техники челночного бега. Эстафетный бег.	Формировать двигательные навыки и умения	Свисток, секундомер	математика
7			Совершенствование и учет бега на 30м из положения высокий старт.	Формировать двигательные навыки и умения	Свисток, секундомер	математика

			Совершенствование техники челночного бега.			
8			Разучивание техники метания малого мяча на дальность правой и левой руками.	Формировать двигательные навыки и умения	Свисток, секундомер	математика
9			Совершенствование техники метания малого мяча на дальность	Формировать двигательные навыки и умения	Свисток, секундомер	математика
10			Учет техники метания малого мяча на дальность	Формировать двигательные навыки и умения	Свисток, секундомер	математика
11			Разучивание техники прыжка в длину с места	Формировать двигательные навыки и умения	Свисток, секундомер	математика
12			Учет техники прыжка в длину с места	Содействовать коррекции недостатков физического развития и моторики учащихся, а также их воспитанию	Свисток, секундомер, рулетка	математика
Подвижные игры 16 часов						
13			Промежуточный инструктаж по технике безопасности. Разучивание техники бросков и ловли мяча в парах. Подвижная игра	Содействовать коррекции недостатков физического развития и моторики учащихся, а также их воспитанию	Свисток, мяч, секундомер	математика
14			Совершенствование техники бросков мяча в парах на точность. Подвижная игра	Содействовать коррекции недостатков физического развития и моторики учащихся, а также	Свисток, мяч, секундомер	математика

				их воспитанию		
15			Индивидуальная работа с мячом	Содействовать коррекции недостатков физического развития и моторики учащихся, а также их воспитанию	Свисток, мяч, секундомер	математика
16			Подвижные игры с элементами ОРУ	Содействовать коррекции недостатков физического развития и моторики учащихся, а также их воспитанию	Свисток, мяч, секундомер	математика
17			Беговые и прыжковые подвижные игры	Содействовать коррекции недостатков физического развития и моторики учащихся, а также их воспитанию	Свисток, мяч, секундомер	математика
18			Разучивание и совершенствование техники ритма и темпа.	Содействовать коррекции недостатков физического развития и моторики учащихся, а также их воспитанию	Свисток, мяч, секундомер	математика
19			Подвижные игры с различными предметами, музыкальная разминка	Содействовать коррекции недостатков физического развития и моторики учащихся, а также их воспитанию	Свисток, мяч, секундомер	математика
20			Совершенствование беговых и прыжковых подвижных игр.	Содействовать коррекции недостатков физического	Свисток, мяч, секундомер	математика

				развития и моторики учащихся, а также их воспитанию		
21			Разучивание техники командных подвижных игр	Содействовать коррекции недостатков физического развития и моторики учащихся, а также их воспитанию	Свисток, мяч, секундомер	математика
22			Совершенствование техники командных подвижных игр	Содействовать коррекции недостатков физического развития и моторики учащихся, а также их воспитанию	Свисток, мяч, секундомер	математика
23			Совершенствование техники игры «Точно в цель»	Содействовать коррекции недостатков физического развития и моторики учащихся, а также их воспитанию	Свисток, мяч, секундомер	математика
24			Совершенствование техники подвижных игр с мячом	Содействовать коррекции недостатков физического развития и моторики учащихся, а также их воспитанию	Свисток, мяч, секундомер	математика
25			Совершенствование техники подвижных игр с предметами и без предметов	Сообщать знания по физической культуре	Программа специальных (коррекционных) образовательных учреждений	математика
26			Совершенствование техники подвижных игр с предметами и без	Формировать двигательные навыки и умения	Маты, гимнастическая скамейка, гимнастическая	математика

			предметов		стенка, гимнастическое бревно, секундомер, скакалка, обруч, мячи.	
27			Совершенствование техники подвижных игр с предметами и без предметов	Формировать двигательные навыки и умения	Маты, гимнастическая скамейка, гимнастическая стенка, гимнастическое бревно, секундомер, скакалка, обруч, мячи.	математика
28			Совершенствование техники подвижных игр с предметами и без предметов	Формировать двигательные навыки и умения	Маты, гимнастическая скамейка, гимнастическая стенка, гимнастическое бревно, секундомер, скакалка, обруч, мячи.	математика
Гимнастика 6 часов.						
29			Промежуточный инструктаж по технике безопасности. Разучивание техники выполнения стойки на лопатках и моста из положения лежа.	Формировать двигательные навыки и умения	Маты, гимнастическая скамейка, гимнастическая стенка, гимнастическое бревно, секундомер, скакалка, обруч, мячи.	математика
30			Разучивание техники выполнения кувырка вперед.	Формировать двигательные навыки и умения	Маты, гимнастическая скамейка, гимнастическая стенка, гимнастическое бревно, секундомер,	математика

					скакалка, обруч, мячи.	
31			Совершенствование техники выполнения кувырка вперед	Формировать двигательные навыки и умения	Маты, гимнастическая скамейка, гимнастическая стенка, гимнастическое бревно, секундомер, скакалка, обруч, мячи.	математика
32			Разучивание техники выполнения кувырка назад	Формировать двигательные навыки и умения	Маты, гимнастическая скамейка, гимнастическая стенка, гимнастическое бревно, секундомер, скакалка, обруч, мячи.	математика
33			Круговая тренировка.	Формировать двигательные навыки и умения	Маты, гимнастическая скамейка, гимнастическая стенка, гимнастическое бревно, секундомер, скакалка, обруч, мячи.	математика
34			Разучивание техники акробатического соединения элементов	Формировать двигательные навыки и умения	Маты, гимнастическая скамейка, гимнастическая стенка, гимнастическое бревно, секундомер, скакалка, обруч, мячи.	математика

Подвижные игры 9 часов

35			Совершенствование техники	Формировать двигательные	Секундомер, скакалка, обруч,	математика
----	--	--	---------------------------	--------------------------	------------------------------	------------

			подвижных игр с элементами ОРУ	навыки и умения	мячи, свисток	
36			Совершенствование техники подвижных игр с элементами ОРУ	Формировать двигательные навыки и умения	Секундомер, скакалка, обруч, мячи, свисток	математика
37			Разучивание техники строевых упражнений	Формировать двигательные навыки и умения	Секундомер, скакалка, обруч, мячи, свисток	математика
38			Совершенствование техники строевых упражнений	Формировать двигательные навыки и умения	Секундомер, скакалка, обруч, мячи, свисток	математика
39			Совершенствование техники строевых упражнений	Формировать двигательные навыки и умения	Секундомер, скакалка, обруч, мячи, свисток	математика
40			Общеразвивающие и корригирующие упражнения с предметами	Формировать двигательные навыки и умения	Секундомер, скакалка, обруч, мячи, свисток	математика
41			Общеразвивающие и корригирующие упражнения с предметами	Формировать двигательные навыки и умения	Секундомер, скакалка, обруч, мячи, свисток	математика
42			Совершенствование техники игры «Вышибалы»	Формировать двигательные навыки и умения	Секундомер, скакалка, обруч, мячи, свисток	математика

Лыжи 9 часов

43			Промежуточный инструктаж по технике безопасности при проведении занятий по лыжной подготовке.	Сообщать знания по физической культуре	Лыжи, палки, свисток, секундомер	математика
44			Разучивание техники скользящего	Формировать двигательные	Лыжи, палки, свисток,	математика

			шага без палок.	навыки и умения	секундомер	
45			Разучивание техники ступающего шага	Формировать двигательные навыки и умения	Лыжи, палки, свисток, секундомер	математика
46			Разучивание техники поворотов переступанием без палок	Формировать двигательные навыки и умения	Лыжи, палки, свисток, секундомер	математика
47			Совершенствование техники ступающего шага	Формировать двигательные навыки и умения	Лыжи, палки, свисток, секундомер	математика
48			Совершенствование техники скользящего шага	Формировать двигательные навыки и умения	Лыжи, палки, свисток, секундомер	математика
49			Совершенствование техники поворотов переступанием	Формировать двигательные навыки и умения	Лыжи, палки, свисток, секундомер	математика
50			Разучивание техники подъёмов и спусков.	Формировать двигательные навыки и умения	Лыжи, палки, свисток, секундомер	математика
51			Прохождение дистанции 300м	Формировать двигательные навыки и умения	Лыжи, палки, свисток, секундомер	математика
Школа мяча 8 часов						
52			Основы баскетбола. Совершенствование техники броска баскетбольного мяча от груди снизу.	Содействовать коррекции недостатков физического развития и моторики учащихся, а также их воспитанию	Свисток, мяч секундомер	математика
53			Разучивание техники ведения мяча.	Содействовать коррекции недостатков физического развития и моторики учащихся, а также	Свисток, мяч секундомер	математика

				их воспитанию		
54			Разучивание техники ведения мяча.	Содействовать коррекции недостатков физического развития и моторики учащихся, а также их воспитанию	Свисток, мяч секундомер	математика
55			Разучивание техники броска мяча по кольцу	Содействовать коррекции недостатков физического развития и моторики учащихся, а также их воспитанию	Свисток, мяч секундомер	математика
56			Совершенствование техники броска мяча по кольцу	Содействовать коррекции недостатков физического развития и моторики учащихся, а также их воспитанию	Свисток, мяч секундомер	математика
57			Знакомство с волейбольным мячом	Содействовать коррекции недостатков физического развития и моторики учащихся, а также их воспитанию	Свисток, мяч секундомер	математика
58			Совершенствование техники броска волейбольного мяча в парах через сетку.	Содействовать коррекции недостатков физического развития и моторики учащихся, а также их воспитанию	Свисток, мяч секундомер	математика
59			Совершенствование техники броска волейбольного	Содействовать коррекции недостатков физического	Свисток, мяч секундомер	математика

			мяча в парах через сетку	развития и моторики учащихся, а также их воспитанию		
Легкая атлетика 8 часов						
60			Промежуточный инструктаж по технике безопасности. Совершенствова ние техники низкого старта	Формировать двигательные навыки и умения	Свисток, секундомер	математика
61			Совершенствова ние и учет техники бега на 30м из положения высокий старт	Формировать двигательные навыки и умения	Свисток, секундомер	математика
62			Совершенствова ние техники бега на 60м из положения высокий старт	Формировать двигательные навыки и умения	Свисток, секундомер	математика
63			Разучивание техники низкого старта с преследованием	Формировать двигательные навыки и умения	Свисток, секундомер	математика
64			Совершенствова ние техники низкого старта с преследованием.	Формировать двигательные навыки и умения	Свисток, секундомер	математика
65			Совершенствова ние техники метания малого мяча на дальность	Формировать двигательные навыки и умения	Свисток, секундомер	математика
66			Совершенствова ние техники метания малого мяча на дальность	Формировать двигательные навыки и умения		
67			Совершенствова ние техники челночного бега	Формировать двигательные	Свисток, секундомер	математика

			3x10	навыки и умения		
68			Совершенствование техники челночного бега 3x10	Формировать двигательные навыки и умения	Свисток, секундомер	математика

Материально-техническое обеспечение.

- Изображение спортивного инвентаря на картинках.
- Мячи детские резиновые
- Мячи волейбольные
- Мячи баскетбольные
- Флажки.
- Обручи.
- Маты гимнастические
- Коврики гимнастические
- Скакалки
- Сетка волейбольная
- Лыжи
- Палки лыжные
- Мячи теннисные
- Эстафетные палочки
- Секундомер
- Свисток
- Скамейка гимнастическая