Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение г. Астрахани «Средняя общеобразовательная школа № 64»

РАССМОТРЕНО	СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДАЮ
на заседании ПС	Заместитель директора по УВР	Директор МБОУ г. Астрахани
		«СОШ № 64»
Протокол № 1	Мешкова В.В.	Е.Г. Тихонова
от «25» августа 2021 г.	«25» августа 2021 г.	Приказ № 115-д от 25.08.2021 г.

АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДЛЯ 2 КЛАССА (8.2) ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА УМК «Школа России» 2021-2022 уч.г

Составители: Саблина Л.Н., Игнатенко Т.В.

Астрахань

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа является частью адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями МБОУ «СОШ № 64», составленной в соответствии с основными положениями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья ФГОС НОО ОВЗ), требованиями Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования (АООП НОО) обучающихся с интеллектуальными нарушениями, рекомендациями ТПМК.

Программа отражает содержание обучения предмету «Физическая культура» с учетом особых образовательных потребностей обучающихся.

Общая характеристика учебного предмета:

Цель программы обучения заключается: во всестороннем развитии личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в процессе приобщения их к физической культуре, коррекции недостатков психофизического развития, расширении индивидуальных двигательных возможностей, социальной адаптации.

Задачи программы обучения:

- коррекция нарушений физического развития;
- формирование двигательных умений и навыков;
- развитие двигательных способностей в процессе обучения;
- укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;
- —раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;
- формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- поддержание устойчивой физической работоспособности на достигнутом уровне;
- формирование познавательных интересов, сообщение доступных теоретических сведений по физической культуре;
- воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями;
- воспитание нравственных, морально-волевых качеств (настойчивости, смелости), навыков культурного поведения.

Описание места учебного предмета, курса в учебном плане

Учебный предмет «Физическая культура» проводится во 2 классе -1 час в неделю, 34 часа 34 учебных недели.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Знания о физической культуре

Правила поведения в физкультурном зале, на спортивной площадке. Подготовка спортивной формы к занятиям, переодевание. Название снарядов и гимнастических элементов, понятие о правильной осанке, равновесии, ходьбе, беге, метании, прыжках. Значение утренней зарядки. Правила безопасности при занятиях физическими упражнениями.

Строевые упражнения

Построение в шеренгу и равнение по носкам по команде учителя. Выполнение команд: «Равняйсь!» «Смирно!» «Вольно!» «На месте шагом марш!» «Шагом марш!» «Класс, стройся!». Ходьба в колонне с левой ноги. Бег в колонне со сменой направлений по ориентирам в прямом направлении. Перестроение из колонны по одному в круг, двигаясь за учителем. Перестроение из колонны по одному в колонну по двое через середину, взявшись за руки. Расчет по

Обще развивающие упражнения без предметов

Основные движения рук и

ног, туловища, головы, выполняемые на месте и в движении. Сочетание движений ног, туловища с одноимёнными и разноимёнными движениями рук. Дыхательные упражнения и упражнения для формирования правильной осанки. Простые комплексы общеразвивающих и корригирующих упражнений.

Упражнения для формирования правильной осанки

Самостоятельное принятие правильной осанки.

Различные движения головой, руками, туловищем с остановкой по сигналу и проверкой правильной осанки. Удерживание на голове небольшого груза с сохранением правильной осанки. Сохранение правильной осанки в ходьбе, удерживая небольшой груз в руках.

Обще развивающие и корригирующие упражнения с предметами

Комплексы упражнений с гимнастическими палками,

флажками, малыми обручами, большими и малыми мячами.

Лёгкая атлетика

Ходьба

порядку.

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.

Бег

Бег на носках. Бег на месте с высоким подниманием

бедра. Бег с высоким подниманием бедра и захлёстыванием голени назад. Бег с преодолением простейших препятствий. Бег на скорость до 30 м. Медленный бег до 2 мин. Чередование ходьбы и бега на расстояние до 40 м (20 м – ходьба, 20 м – бег).

Прыжки

Прыжки на одной ноге: на месте, с продвижением

вперёд, в стороны. Прыжки с высоты 10-40 см с мягким приземлением. Прыжки в длину и высоту с шага. Прыжки в длину и высоту с небольшого разбега (3—4 м). Прыжки с прямого разбега в длину.

Коррекционные упражнения (для развития пространственно-временной дифференцировки и точности движений)

Повороты к ориентирам без контроля зрением в момент поворота. Шаг вперед, шаг назад, вправо в обозначенное место с открытыми и закрытыми глазами. Ходьба по ориентирам, начерченным на гимнастической скамейке. Прыжок в длину с места в обозначенный ориентир и воспроизведение его без зрительного контроля. Лазанье по определенным ориентирам, изменение направления лазанья. Подбрасывание мяча вверх до определенного ориентира. Выполнение исходных положений рук по словесной инструкции учителя. Выполнение различных упражнений без контроля и с контролем зрения. Ходьба в обход в колонне до 10 с, вторично – до 15 с. Определение интервалов времени (дольше, меньше).

Игры

Коррекционные игры

«Отгадай по голосу», «Карусели», «Что

изменилось?», «Волшебный мешок» «Запомни порядок», «Летает — не летает», «Хоп, стоп, раз», «Зеркало».

Игры с элементами обще развивающих упражнений

», «Повторяй за мной», «Веревочный круг»,

«Передал и садись», «Не отдам», «Достань предмет».

«Гонка мячей в колонне», «Охотники и утки»,

Игры с бросанием, ловлей и метанием

«Снайперы», «Кто дальше бросит?»

По выбору учащихся

Подвижные игры

Методы обучения, воспитания двигательных качеств:

- Равномерный метод;
- Переменный метод;
- Повторный метод;
- Интервальный метод;
- Соревновательный метод;
- Игровой метод;
- Круговой метод.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

(Φ uzuueckag kviltvna 1 u p целеню = 34 цаса)

№п/п	Раздел, тема урока	Кол-во		Дата
		часов	про	оведения
			план	факт
Разлеп і	трограммы «Знания о физической культуре»	3		

к занятиям, персодевание. Повятие о нагале хольбы и бета. 2 Понятие о нагале хольбы и бета. 3 Понятие о нагале хольбы и бета. 3 Понятие о паравильной осанке, ходьбе, бете, метании, прыжках. 1 Комплеке УГГ. Раздел программы «Тимпастика е сповами акробатикю» 2 С 4 Строевые упражления: построение в шеренту и равнение по носкам по команде учителя. Выполнение команд: «Фавияйсь» «Смирно)» «Вольно)» «На месте шатом марш!» «Шагом марш!» 5 Основные движения рук и ног, тудовния, головы, выполняемые на месте и в движении. 1 Раздел программы «Лёгкая аглетика» 5 Основные движения рук и ног, тудовния, головы, выполняемые на месте и в движении. 6 Ходьба е высоким подниманием бедра, в нолу приседе. 5 Ег на месте с высоким подниманием бедра, в нолу приседе. 6 Кодьба е пасоким подниманием бедра, в нолу приседе. 7 Ходьба с различными положениями рук: на пояс, к плечам, перед грудью, за голову. Бет на носках (медленно). 8 Ходьба с перешагиванием через предмет (2—3 предмета). 9 Бет с преодолением простейших препятствий. 10 Прыжки в длину с места. 11 Наклоны тудовища вперёд силя ноги врозь. 12 Прыжки в длину с места. 13 Прыжки в длину с маста. 14 Стибание и разгибание рук и ног. 15 Компрольно — измерительные материалы 16 Прыжки преся короткую скакалку. 17 Контрольно — измерительные материалы 18 Прыжки через короткую скакалку. 19 Васта программы «Итрью 10 Пражки «Приро» «Правимы «Итрью 11 Разасл программы «Итрью 12 Пражки и спардов и тимпастических элементов, полятие о правильной осанке, равновесии. Правила 18 Пражаслирограммы «Канания о физической культуре» 10 Название спарадов и тимпастических элементов, полятие о правильной осанке, равновесии. Правила 1 поведения на уроках тимпастических элементов, полятие о правильной осанке, равновесии. Правила 1 поведения на уроках тимпастических элементов, полятие о правильной осанке, равновесии. Правила 1 поведения на уроках тимпастических элементов, полятие о правильной осанке, равновесии. Правила 1 поведения на уроках тимпастических элементов, полятие о	1	Правила поведения в физкультурном зале, на спортивной площадке. Подготовка спортивной формы	1	
2 Понятие о правильной осанке, ходьбе, беге, метании, прыжках. 1 3 Значение угрений зарядки. Правила безопасности при занятиях физическими упражнениями. 1 Комплеке УГГ. 2 4 Строевые упражнения: построение в шеренгу и равнение по носкам по команде учителя. 1 Выполнение команд: «Равизйсь!» «Смирно!» «Вольно!» «На месте шагом марш!» «Шагом марш!» 1 5 Осповные движения: построение в шеренгу и равнение по носкам по команде учителя. 1 6 Модьба с разимения команд: «Равизйсь!» «Смирно!» «Вольно!» «На месте шагом марш!» «Шагом марш!» 1 7 Кодьба с высоким подниманием бедра. 1 8 Ходьба с разичными положениями рук: на поже, к плечам, перед грудью, за голову. Бег на носках (медленно). 1 8 Ходьба с перешагиванием через предмет (2—3 предмета). 1 9 Бег с преодолением простейних прелятствий. 1 10 Прыжки в длину с места. 1 11 Наконы туловища вперёд сидя ноги врозь. 1 12 Прыжки в длину с места. 1 13 Прыжки через короткую скакалку. 1 14 Стюбание и разгибание рук в упоре лёжа. 1 15 Коррекционные игры «Отгадай		к занятиям, переодевание.		
Ознакомление учапится с правилами дыхания во время ходьбы и бега.		Понятие о начале ходьбы и бега.		
Ознакомление учапится с правилами дыхания во время ходьбы и бега.	2	Понятие о правильной осанке, ходьбе, беге, метании, прыжках.	1	
Комплекс VIT. 2 2 3 4 4 4 4 4 4 4 4 4				
Раздел программы «Гимнастика с основами акробатики» 2 4 Строевые упражнения: построение в шеренту и равнение по носкам по команде учителя.	3		1	
4 Строевые упражиелия: построение в шеренгу и равление по носкам по команде учителя. Выполнение команд: «Равняйсь!» «Смирно!» «Вольно!» «На месте шагом марш!» «Шагом марш!» 1 5 Основные движения рук и ног, туловища, головы, выполняемые на месте и в движении. 1 Раздел программы «Лёгкая ятлетика» 7 6 Ходьба с высоким подниманием бедра, в полу приседе. Бет на месте с высоким подниманием бедра. 1 7 Ходьба с различными положениями рук: на пояс, к плечам, перед грудью, за голову. Бет на носках (медленно). 1 8 Ходьба с перешагиванием через предмет (2—3 предмета). 1 9 Бет с преодолением простейших препятствий. 1 10 Прыжки в длину с места. 1 11 Наклоны тудовища вперёд сидя поги врозь. 1 12 Прыжки в длину с шага. 2 Контрольно – измерительные материалы 2 13 Прыжки через короткую скакалку. 1 14 Стибание и разгибание рук в упоре лёжа. 1 15 Коррекционные игры «Оттадай по голосу», «Карусели». 1 16 Название снарядов и гимнастических элементов, понятие о правильной осанке, равновесии. Правила поведения на уроках гимнастики. Комплеке УГТ. <t< td=""><td>Danzaz</td><td></td><td>2</td><td></td></t<>	Danzaz		2	
Выполнение команд: «Равняйсь!» «Смирно!» «Вольно!» «На месте шагом марш!» «Шагом марш!» 1 5 Основные движения рук и пот, туловища, головы, выполняемые на месте и в движении. 1 Раздел программы «Петкая атлетика» 7 6 Ходьба с высоким подниманием бедра, в полу приседе. 1 6 Кодьба с различными положениями рук: на пояс, к плечам, перед грудью, за голову. Бег на носках (медленно). 1 8 Ходьба с перешагиванием через предмет (2—3 предмета). 1 9 Бег с преодолением простейших препятствий. 1 10 Прыжки в длину с места. 1 11 Наклоны туловища вперёд сидя ноги врозь. 1 12 Прыжки в длину с шага. 1 12 Прыжки в длину с шага. 1 13 Прыжки через короткую скакалку. 1 14 Стибание и разгибание рук в упоре лёжа. 1 15 Коррекционные игры «Отгадай по голосу», «Карусели». 1 16 Название спарядов и гимнастический культуре» 1 16 Название спарядов и гимнастический культуре» 1 16 Название спарядов и гимнастики. Комплеке УГГ	_		1	
5 Основные движения рук и ног, туловища, головы, выполияемые на месте и в движении. 1 Раздел программы «Лёгкая атлетика» 7 6 Ходьба с высоким подниманием бедра, в полу приседе. 1 Бег на месте с высоким подниманием бедра. 1 7 Ходьба с различными положениями рук: на пояс, к плечам, перед грудью, за голову. Бег на носках (медленно). 1 8 Ходьба с переплагиванием через предмет (2—3 предмета). 1 9 Бег с преодолением простейших препятствий. 1 10 Прыжки в длину с места. 1 11 Наклоны туловища вперёд сидя ноги врозь. 1 12 Прыжки в длипу с шага. 1 13 Прыжки через короткую скакалку. 1 14 Стобапие и разгибапие рук в упоре лёжа. 1 15 Коррекционные игры «Отгадай по голосу», «Карусели». 1 15 Коррекционные игры «Отгадай по голосу», «Карусели». 1 16 Название снарядов и гимнастический элементов, понятие о правильной осанке, равновесии. Правила поведения на уроках гимнастики. Комплекс УГГ. Раздел программы «Гимпастика с основами акробатики» 20 Обще развивающе упражения без п	4		1	
Раздел программы «Лёгкая атлетика» 7 6 Ходьба с высоким подниманием бедра, в полу приседе. 1 6 Кодьба с высоким подниманием бедра, в полу приседе. 1 7 Ходьба с различными положениями рук: на пояс, к плечам, перед грудью, за голову. Бег на носках (медленно). 1 8 Ходьба с перешагиванием через предмет (2—3 предмета). 1 9 Бег с преодолением простейших препятствий. 1 10 Прыжки в длину с места. 1 11 Наклоны туловища вперёд сидя ноги врозь. 1 12 Прыжки в длину с шага. 2 13 Прыжки через короткую скакалку. 1 14 Стибание и разгибание рук в упоре лёжа. 1 14 Стибание и разгибание рук в упоре лёжа. 1 15 Коррекционные игры «Оттадай по голосу», «Карусели». 1 16 Название снарядов и гимнастика с основами жультуре» 1 16 Название снарядов и гимнастика с основами акробатики» 20 10 Обще развивающе упражения без предметия без предметия в развивающе упражения без предметия без предметия правиненным подаметия предметия предметия предметия предметия предметия предметия п				
6 Ходьба с высоким подниманием бедра, в полу приседе. 1 Бег на месте с высоким подниманием бедра. 1 7 Ходьба с различными положениями рук: на пояс, к плечам, перед грудью, за голову. Бег на носках (медлению). 1 8 Ходьба с перешагиванием через предмет (2—3 предмета). 1 9 Бег с преодолением простейших пренятствий. 1 10 Прыжки в длину с места. 1 11 Наклоны туловища вперёд сидя ноги врозь. 1 12 Прыжки в длину с шага. 1 13 Прыжки через короткую скакалку. 1 14 Стибание и разгибание рук в упоре лёжа. 1 15 Коррекционные игры «Оттадай по голосу», «Карусели». 1 Раздел программы «Игры» 1 16 Название снарядов и гимнастических элементов, понятие о правильной осанке, равновесии. Правила поведения на уроках гимнастика с основами акробатики» 2 10 Обще развивающие упраженения без предметнов 5 17 Сочетание движений ног, туловища с одноимёнными и разноимёнными движениями рук. 1			<u> </u>	
Бег на месте с высоким подниманием бедра. 1 7 Ходьба с различными положениями рук: на пояс, к плечам, перед грудью, за голову. Бег на носках (медленно). 1 8 Ходьба с перешагиванием через предмет (2—3 предмета). 1 9 Бег с преодолением простейших препятствий. 1 10 Прыжки в длину с места. 1 11 Наклоны туловища вперёд сидя ноги врозь. 1 12 Прыжки в длину с шага. 1 1 Контрольно – измерительные материалы 2 13 Прыжки через короткую скакалку. 1 14 Стибание и разгибание рук в упоре лёжа. 1 Раздел програмы «Игры» 1 15 Коррекционные игры «Отгадай по голосу», «Карусели». 1 Раздел програмы «Инры» 1 16 Название снарядов и гимнастика с основами акробатики» 1 16 Название снарядов и гимнастика с основами акробатики» 20 Обще развивающие упражнения без предметов 5 17 Сочетание движений ног, туловища с одноимёнными и разноимёнными движениями рук. 1			7	
7 Ходьба с различными положениями рук: на пояс, к плечам, перед грудью, за голову. Бег на носках (медленно). 1 8 Ходьба с перешагиванием через предмет (2—3 предмета). 1 9 Бег с преодолением простейших препятствий. 1 10 Прыжки в длину с места. 1 11 Наклоны туловища вперёд сидя ноги врозь. 1 12 Прыжки в длину с шага. 1 13 Прыжки через короткую скакалку. 1 14 Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа. 1 Раздел програмы «Игры» 1 15 Коррекционные игры «Отгадай по голосу», «Карусели». 1 16 Название снарядов и гимнастических элементов, понятие о правильной осанке, равновесии. Правила поведения на уроках гимнастики. Комплекс УГГ. 1 Раздел программы «Гимнастика с основами акробатики» 20 Обще развивающие упражнения без предметов 5 17 Сочетание движений ног, туловища с одноимёнными и разноимёнными движениями рук. 1	6	± '	1	
(медленно). 1 8 Ходьба с перешагиванием через предмет (2—3 предмета). 1 9 Бег с преодолением простейших препятствий. 1 10 Прыжки в длину с места. 1 11 Наклоны туловища вперёд сидя ноги врозь. 1 12 Прыжки в длину с шага. 1 Контрольно – измерительные материалы 2 13 Прыжки через короткую скакалку. 1 14 Стибание и разгибание рук в упоре лёжа. 1 Раздел программы «Игры» 1 15 Коррекционные игры «Отгадай по голосу», «Карусели». 1 Раздел программы «Знания о физической культуре» 1 16 Название снарядов и гимнастических элементов, понятие о правильной осанке, равновесии. Правила поведения на уроках гимнастики. Комплекс УГГ. Раздел програмы «Гимнастика с основами акробатики» 20 Обще развивающие упражнения без предметов 17 Сочетание движений ног, туловища с одноимёнными и разноимёнными движениями рук. 1		1		
8 Ходьба с перешагиванием через предмет (2—3 предмета). 1 9 Бег с преодолением простейших препятствий. 1 10 Прыжки в длину с места. 1 11 Наклоны туловища вперёд сидя ноги врозь. 1 12 Прыжки в длину с шага. 1 13 Прыжки через короткую скакалку. 1 14 Стибание и разгибание рук в упоре лёжа. 1 14 Стибание и разгибание рук в упоре лёжа. 1 15 Коррекционные игры «Отгадай по голосу», «Карусели». 1 Раздел программы «Знания о физической культуре» 1 16 Название снарядов и гимнастических элементов, понятие о правильной осанке, равновесии. Правила поведения на уроках гимнастики. Комплеке УГГ. 1 Раздел программы «Гимнастика с основами акробатики» 20 Обще развивающие упражнения без предметов 5 17 Сочетание движений ног, туловища с одноимёнными и разноимёнными движениями рук. 1	7		1	
9 Бег с преодолением простейших препятствий. 1 10 Прыжки в длину с места. 1 11 Наклоны туловища вперёд сидя ноги врозь. 1 12 Прыжки в длину с шага. 1 13 Прыжки через короткую скакалку. 1 14 Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа. 1 15 Коррекционные игры «Отгадай по голосу», «Карусели». 1 15 Коррекционные игры «Отгадай по голосу», «Карусели». 1 16 Название снарядов и гимнастических элементов, понятие о правильной осанке, равновесии. Правила поведения на уроках гимнастики. Комплекс УГГ. 1 Раздел программы «Гимнастика с основами акробатики» 20 Обще развивающие упражнения без предметов 5 17 Сочетание движений ног, туловища с одноимёнными и разноимёнными движениями рук. 1		(медленно).		
10 Прыжки в длину с места. 1 11 Наклоны туловища вперёд сидя ноги врозь. 1 12 Прыжки в длину с шага. 1 Контрольно – измерительные материалы 2 13 Прыжки через короткую скакалку. 1 14 Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа. 1 Раздел программы «Игры» 1 15 Коррекционные игры «Отгадай по голосу», «Карусели». 1 Раздел программы «Знания о физической культуре» 1 16 Название снарядов и гимнастических элементов, понятие о правильной осанке, равновесии. Правила поведения на уроках гимнастики. Комплекс УГГ. 1 Раздел программы «Гимнастика с основами акробатики» 20 Обще развивающие упражнения без предметов 5 17 Сочетание движений ног, туловища с одноимёнными и разноимёнными движениями рук. 1	8	Ходьба с перешагиванием через предмет (2—3 предмета).	1	
11 Наклоны туловища вперёд сидя ноги врозь. 1 12 Прыжки в длину с шага. 1 Контрольно – измерительные материалы 2 13 Прыжки через короткую скакалку. 1 14 Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа. 1 Раздел программы «Игры» 1 15 Коррекционные игры «Отгадай по голосу», «Карусели». 1 Раздел программы «Знания о физической культуре» 1 16 Название снарядов и гимнастических элементов, понятие о правильной осанке, равновесии. Правила поведения на уроках гимнастики. Комплекс УГГ. 1 Раздел программы «Гимнастика с основами акробатики» 20 Обще развивающие упражнения без предметов 5 17 Сочетание движений ног, туловища с одноимёнными и разноимёнными движениями рук. 1	9	Бег с преодолением простейших препятствий.	1	
12 Прыжки в длину с шага. 1 Контрольно – измерительные материалы 2 13 Прыжки через короткую скакалку. 1 14 Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа. 1 Раздел программы «Игры» 1 15 Коррекционные игры «Отгадай по голосу», «Карусели». 1 Раздел программы «Знания о физической культуре» 1 16 Название снарядов и гимнастических элементов, понятие о правильной осанке, равновесии. Правила поведения на уроках гимнастики. Комплекс УГГ. 1 Раздел программы «Гимнастика с основами акробатики» 20 Обще развивающие упражнения без предметов 5 17 Сочетание движений ног, туловища с одноимёнными и разноимёнными движениями рук. 1	10	Прыжки в длину с места.	1	
Контрольно – измерительные материалы 13 Прыжки через короткую скакалку. 1 14 Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа. 1 Раздел программы «Игры» 1 15 Коррекционные игры «Отгадай по голосу», «Карусели». 1 Раздел программы «Знания о физической культуре» 1 16 Название снарядов и гимнастических элементов, понятие о правильной осанке, равновесии. Правила поведения на уроках гимнастики. Комплекс УГГ. 1 Раздел программы «Гимнастика с основами акробатики» 20 Обще развивающие упражнения без предметов 5 17 Сочетание движений ног, туловища с одноимёнными и разноимёнными движениями рук. 1	11	Наклоны туловища вперёд сидя ноги врозь.	1	
13 Прыжки через короткую скакалку. 1 1 14 Стибание и разгибание рук в упоре лёжа. 1 1 Раздел программы «Игры» 1 1 15 Коррекционные игры «Отгадай по голосу», «Карусели». 1 1 Раздел программы «Знания о физической культуре» 1 1 16 Название снарядов и гимнастических элементов, понятие о правильной осанке, равновесии. Правила поведения на уроках гимнастики. Комплекс УГГ. 1 Раздел программы «Гимнастика с основами акробатики» 20 Обще развивающие упражнения без предметов 5 17 Сочетание движений ног, туловища с одноимёнными и разноимёнными движениями рук. 1	12	Прыжки в длину с шага.	1	
13 Прыжки через короткую скакалку. 1 1 14 Стибание и разгибание рук в упоре лёжа. 1 1 Раздел программы «Игры» 1 1 15 Коррекционные игры «Отгадай по голосу», «Карусели». 1 1 Раздел программы «Знания о физической культуре» 1 1 16 Название снарядов и гимнастических элементов, понятие о правильной осанке, равновесии. Правила поведения на уроках гимнастики. Комплекс УГГ. 1 Раздел программы «Гимнастика с основами акробатики» 20 Обще развивающие упражнения без предметов 5 17 Сочетание движений ног, туловища с одноимёнными и разноимёнными движениями рук. 1		Контрольно – измерительные материалы	2	
Раздел программы «Игры» 1 15 Коррекционные игры «Отгадай по голосу», «Карусели». 1 Раздел программы «Знания о физической культуре» 1 16 Название снарядов и гимнастических элементов, понятие о правильной осанке, равновесии. Правила поведения на уроках гимнастики. Комплекс УГГ. 1 Раздел программы «Гимнастика с основами акробатики» 20 Обще развивающие упражнения без предметов 5 17 Сочетание движений ног, туловища с одноимёнными и разноимёнными движениями рук. 1	13		1	
15 Коррекционные игры «Отгадай по голосу», «Карусели». 1 Раздел программы «Знания о физической культуре» 1 16 Название снарядов и гимнастических элементов, понятие о правильной осанке, равновесии. Правила поведения на уроках гимнастики. Комплекс УГГ. 1 Раздел программы «Гимнастика с основами акробатики» 20 Обще развивающие упражнения без предметов 5 17 Сочетание движений ног, туловища с одноимёнными и разноимёнными движениями рук. 1	14	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа.	1	
15 Коррекционные игры «Отгадай по голосу», «Карусели». 1 Раздел программы «Знания о физической культуре» 1 16 Название снарядов и гимнастических элементов, понятие о правильной осанке, равновесии. Правила поведения на уроках гимнастики. Комплекс УГГ. 1 Раздел программы «Гимнастика с основами акробатики» 20 Обще развивающие упражнения без предметов 5 17 Сочетание движений ног, туловища с одноимёнными и разноимёнными движениями рук. 1	Раздел	программы «Игры»	1	
Раздел программы «Знания о физической культуре» 1 16 Название снарядов и гимнастических элементов, понятие о правильной осанке, равновесии. Правила поведения на уроках гимнастики. Комплекс УГГ. 1 Раздел программы «Гимнастика с основами акробатики» 20 Обще развивающие упражнения без предметов 5 17 Сочетание движений ног, туловища с одноимёнными и разноимёнными движениями рук. 1			1	
16 Название снарядов и гимнастических элементов, понятие о правильной осанке, равновесии. Правила поведения на уроках гимнастики. Комплекс УГГ. 1 Раздел программы «Гимнастика с основами акробатики» 20 Обще развивающие упражнения без предметов 5 17 Сочетание движений ног, туловища с одноимёнными и разноимёнными движениями рук. 1	Раздел		1	
поведения на уроках гимнастики. Комплекс УГГ. Раздел программы «Гимнастика с основами акробатики» Обще развивающие упражнения без предметов 17 Сочетание движений ног, туловища с одноимёнными и разноимёнными движениями рук. 1			1	
Раздел программы «Гимнастика с основами акробатики» 20 Обще развивающие упражнения без предметов 5 17 Сочетание движений ног, туловища с одноимёнными и разноимёнными движениями рук. 1				
Обще развивающие упражнения без предметов 5 17 Сочетание движений ног, туловища с одноимёнными и разноимёнными движениями рук. 1	Раздел	**	20	
предметов 17 Сочетание движений ног, туловища с одноимёнными и разноимёнными движениями рук. 1	71		5	
17 Сочетание движений ног, туловища с одноимёнными и разноимёнными движениями рук. 1			-	
	17		1	
			1	

19	Упражнения для формирования правильной осанки.	1	
20	Комплекс обще развивающих упражнений.	1	
21	Комплекс корригирующих упражнений.	1	
	Обще развивающие и корригирующие упражнения с предметами	3	
22	Комплекс обще развивающих упражнений с гимнастической палкой.	1	
23	Комплекс обще развивающих упражнений с малым обручем.	1	
24	Комплекс обще развивающих упражнений с большим мячом.	1	
Раздел 1	программы «Знания о физической культуре»	1	
25	Элементарные сведения о правилах игр, поведении во время игр. Комплекс УГГ.	1	
Раздел 1	ірограммы «Игры»	5	
26	Игры с элементами обще развивающих упражнений «Веревочный круг», «Часовые и разведчики».	1	
27	Игры с элементами обще развивающих упражнений «Передал и садись», «Не отдам».	1	
28	Игры с элементами обще развивающих упражнений «Достань предмет», «Не урони мяч».	1	
29	Коррекционные игры «Хоп, стоп, раз», «Зеркало».	1	
30	Подвижные игры по выбору учащихся.	1	
Корреки	ионные упражнения (для развития пространственно-временной дифференцировки и точности	4	
движен	ий)		
31	Шаг вперед, шаг назад, вправо в обозначенное место с открытыми и закрытыми глазами.	1	
32	Ходьба по ориентирам, начерченным на гимнастической скамейке.	1	
33	Выполнение различных упражнений без контроля и с контролем зрения.	1	
34	Упражнения на дыхание.	1	
	Итого	34	