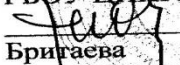


**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЛЯ  
ДЕТЕЙ, НУЖДАЮЩИХСЯ В ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ И МЕДИКО-  
СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ, "ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ  
РЕАБИЛИТАЦИИ И КОРРЕКЦИИ"**

<b>«Рассмотрено»</b> на заседании м/о учителей начальных классов  Протокол № <u>1</u> от « <u>31</u> » <u>08</u> 2020г.	<b>«Согласовано»</b> на заседании Педагогического Совета  Протокол № <u>1</u> от « <u>31</u> » <u>08</u> 2020г.	<b>«Утверждено»</b> Директор ГБОУ ЦППРК  З.М. Бригаева Приказ № <u>30</u> от « <u>31</u> » <u>08</u> 2020г.
--	---	--

**Адаптированная основная  
общеобразовательная программа  
образования обучающихся с легкой умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями)**

**Вариант 1**

Разработана в соответствии с примерной адаптированной программой начального  
общего образования с учетом требований федерального государственного  
образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями)

Срок реализации учебной программы 1 год.

4 «А» класс

Разработчик: Бедоева Д.К.  
ГБОУ ЦППРК

Владикавказ, 2020-2021 учебный год

# **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ 4 «А» КЛАССА НА 2019 /2020 УЧЕБНЫЙ ГОД**

## **1. Пояснительная записка**

**Данная рабочая программа составлена на основе: Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с лёгкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1) ГБОУ ЦППРК**

Рабочая программа рассчитана на 2 часа в неделю.

**2. Рабочая программа реализует следующие цели и задачи, предусмотренные федеральным компонентом государственного стандарта и программой основного общего образования по физической культуре:**

- коррекция и компенсация нарушений физического развития; - развитие двигательных возможностей в процессе обучения; - формирование, развитие и совершенствование двигательных умений и навыков; - развитие у учащихся основных физических качеств, привитие устойчивого отношения к занятиям по физкультуре; - укрепление здоровья, содействие нормальному физическому развитию; - усвоение учащимися речевого материала, используемого учителем на уроках по физической культуре. - формирование и развитие навыков самоконтроля, соблюдения правил безопасности при выполнении физических упражнений.

**3. Программа составлена с учётом принципов системности, доступности, перспективности между различными видами физической подготовки. Особое внимание уделяется урокам совершенствования навыков по выполнению упражнений направленных на формирование правильной осанки, координацию движений. Содержание программного материала уроков состоит из базовых основ физической культуры и большого количества подготовительных, подводящих и коррекционных упражнений. В программу включены следующие разделы: гимнастика, лёгкая атлетика, подвижные игры.**

#### **4. Планируемые результаты обучения**

Реализация программы обеспечивает достижение следующих личностных, метапредметных и предметных результатов.

##### **Личностные результаты:**

- включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управление своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленной цели;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общие интересы;
- развивать мотивы учебной деятельности и формировать личностный смысл учения;
- формировать установку на безопасный, здоровый образ жизни.

##### **Метапредметные результаты:**

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;

- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонами образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой деятельности.

### **Предметные результаты:**

Учащиеся должны уметь:

- строиться в колонну по одному, в одну шеренгу, равняться по разметке;
- перестраиваться из одной шеренги в круг, взявшись за руки;
- размыкаться на вытянутые руки в шеренге, в колонне;
- выполнять повороты по ориентирам;
- выполнять группировку лёжа на спине, в упоре стоя на коленях, перекаты в положении лёжа в различные стороны;
- произвольно лазать по гимнастической стенке;
- ходить по гимнастической скамейке с различным положением рук;
- ходить на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы;
- прыгать в длину с места;
- бросать и ловить мяч;
- метать малый мяч правой и левой рукой.

## **5. Содержание учебного предмета**

### ***Знания о физической культуре***

Чистота одежды и обуви. Правила утренней гигиены и их значение для человека. Правила поведения на уроках физической культуры (техника безопасности). Чистота зала, снарядов. 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. Понятия: физическая культура, физическое воспитание.

## **Гимнастика**

### ***Теоретические сведения.***

Одежда и обувь гимнаста. Элементарные сведения о гимнастических снарядах и предметах. Правила поведения на уроках гимнастики. Понятия: колонна, шеренга, круг. Элементарные сведения о правильной осанке, равновесии. Элементарные сведения о скорости, ритме, темпе, степени мышечных усилий. 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 мышечкистей рук и пальцев; формирования правильной осанки; укрепления мышц туловища.

#### **Упражнения с предметами:**

с гимнастическими палками; флажками; малыми обручами; малыми мячами; большим мячом; набивными мячами (вес 2 кг); упражнения на равновесие; лазанье и перелезание; упражнения для развития пространственно-временной дифференцировки и точности движений; переноска грузов и 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 и 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. Ходьба шеренгой с открытыми и с закрытыми глазами.

*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 на носках. Бег на месте с высоким подниманием бедра. Бег с высоким подниманием бедра и захлестыванием голени назад. Бег с преодолением простейших препятствий (канавки, подлезание под сетку, обегание стойки и т. д.). Быстрый бег на скорость. Медленный бег. Чередование бега и ходьбы. Высокий старт. Бег прямолинейный с параллельной постановкой стоп. Повторный бег на скорость. Низкий старт. Специальные беговые упражнения: бег с подниманием бедра, с захлестыванием голени назад, семенящий бег. Челночный бег.

*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 на одной ноге на месте, с продвижением вперед, в стороны. Прыжки с высоты с мягким приземлением. Прыжки в длину и высоту с шага. Прыжки с небольшого разбега в длину. Прыжки с прямого разбега в длину. Прыжки в длину с разбега без учета места отталкивания. Прыжки в высоту с прямого разбега способом «согнув ноги». Прыжки в высоту способом «перешагивание».

*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 колец на шести. 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. Броски набивного мяча (1 кг) сидя двумя руками из-за головы. Метание теннисного мяча с места одной рукой в стену и на дальность. Метание мяча с места в цель. Метание мячей

с места в цель левой и правой руками. Метание теннисного мяча на дальность отскока от баскетбольного щита. Метание теннисного мяча на дальность с места. Броски набивного мяча (вес до 1 кг) различными способами двумя руками.

### ***Игры***

**Теоретические сведения.** Элементарные сведения о правилах игр и поведении во время игр. Правила игр. Элементарные игровые техникотактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником).

Элементарные сведения по овладению игровыми умениями (ловля мяча, передача, броски, удары по мячу)

**Практический материал.** Подвижные игры: Коррекционные игры; Игры с элементами общеразвивающих упражнений: игры с бегом; прыжками; лазанием; метанием и ловлей мяча (в том числе пионербол в IV-м классе); построениями и перестроениями; бросанием, ловлей, метанием.

## Учебно-тематическое планирование по предмету «Физическая культура».

<i>№ п/п</i>	<i>Кол-во часов</i>	<i>Дата по плану</i>	<i>Дата фактически</i>	<i>Тема урока</i>	<i>Коррекционно-развивающие приемы</i>	<i>Речевой материал</i>	<i>Оборудование</i>	<i>Тип урока</i>	<i>Домашнее задание, повторение</i>
<b>І ЧЕТВЕРТЬ</b>									
1	1	08.09.2020г		Техника безопасности на уроках физкультуры. Понятие «высокий старт». Бег с ускорением до 40м.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании	«Высокий старт»	Мяч, свисток, мел	Изучение нового материала и первичного закрепления	Подтягивание в висе
2	1	10.09.2020г		Содержание комплекса УГГ. Бег 30м с высокого старта - учет. Челночный бег 3*10м.	Коррекция внимания на основе упражнений на сравнение и узнавании	Гимнастика	брусочки / челн. бега	Комбинированный	Подтягивание в висе
3	1	15.09.2020г		Значение УГГ. Челночный бег 3*10м - учет.	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении	Челночный бег	брусочки / челн. бега, мячи	Контроля и коррекции знаний и умений	Выпрыгивания из приседа
4	1	17.09.2020г		Прыжок в длину с места - учет.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании и воспроизведении	Фигурная ходьба	обручи, кегли, скакалки	Контроля и коррекции знаний и умений	Выпрыгивания из приседа
5	1	22.09.2020г		Подтягивание на низкой перекладине	Коррекция памяти на основе	Смыкание	б/мячи, м/мячи,	Контроля и коррекции	Повторение поворотов



				из вися лежа - учет.	упражнений в воспроизведении		кегли, свисток, мел	знаний и умений	
6	1	24.09.2020г		Медленный бег до 3мин.	Развитие выносливости	Размыкание	Мяч, свисток, секундомер,	Тренировочный	Повторение поворотов
7	1	29.09.2020г		Фигурная ходьба. Метание мяча в цель.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании	Метание	м/мячи, мел, свисток	Изучение нового материала и первичного закрепления	Повторение поворотов
8	1	01.10.2020г		Метание мяча в цель. Прыжки в длину с разбега.	Коррекция образной памяти на основе упражнений в установлении логических связей	Цель	м/мячи, мел, свисток	Комплексное применение знаний и умений	Прыжки с продвижением
9	1	06.10.2020г		Прыжки в длину с разбега. Метание мяча в цель.	Коррекция внимания на основе упражнений на различение	Прыжки в длину	м/мячи, мел, свисток	Обобщения и систематизация знаний и умений	Прыжки с продвижением
10	1	08.10.2020г		Метание мяча в цель - учет. Прыжки в длину с разбега.	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении	Разбег	м/мячи, мел, свисток	Комбинированный	Прыжки с продвижением
11	1	13.10.2020г		Прыжки в длину с разбега - учет.	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении	Колонна	Мяч, рулетка, мел, свисток	Контроля и коррекции знаний и умений	Прыжки со скакалкой
12	1	15.10.		Бег 1000м (без учета)	Развитие	Выносли-	обручи,	Тренировочный	Прыжки со

		2020г		времени). Эстафеты с обручами.	выносливости	вость	кегли, скакалки	ый	скакалкой
13	1	20.10.2020г		Размыкание и смыкание приставными шагами в шеренге. Прыжки со скакалкой.	Коррекция внимания на основе упражнений на сравнение и узнавании	Приставной шаг	скакалки, мяч, секундомер	Обобщения и систематизации знаний и умений	Сгибание-разгибание рук в упоре лежа
14	1	22.10.2020г		Прыжки со скакалкой – учет. Прохождение полосы препятствий.	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении	Полоса препятствий	скакалки, мяч, секундомер	Комбинированный	Сгибание-разгибание рук в упоре лежа
15	1	05.11.2020г		Прохождение полосы препятствий.	Коррекция пространственно-временных отношений на основе тренировочных упражнений	Тренировка	Свисток, мел, гимн. палки	Тренировочный	Подтягивание в висе
16	1	12.11.2020г		Размыкание и смыкание приставными шагами в шеренге. Эстафеты с мячами.	Развитие навыков коммуникативного общения	Шеренга	мячи, кегли, скакалки	Игровой	Подтягивание в висе
17	1	17.11.2020г		Смыкание и размыкание в колонне. Эстафеты с мячами.	Развитие элементов соревновательной деятельности воспитанников	Соревнование	мячи, кегли, обручи, свисток, мел	Игровой	Выпрыгивания из приседа

18	1	19.11.2020г		Повороты на месте. Прохождение полосы препятствий. Эстафеты с мячами.	Коррекция эмоционально-волевой сферы воспитанников	Повороты	мячи, кегли, скакалки	Игровой	
19	1	24.11.2020г		Техника безопасности на уроках в спортивном зале. Круговая тренировка.	Коррекция познавательной деятельности на основе двигательной активности	Спортивный зал	скамейки, скакалки, мячи	Тренировочный	Поднимание туловища
20	1	26.11.2020г		Влияние физкультуры на осанку. Прыжки со скакалкой - учет. Прыжки в длину с места.	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении	Осанка	Скакалки, секундомер, свисток	Комбинированный	Поднимание туловища
21	1	01.12.2020г		Прыжки в длину с места - учет. Сгибание и разгибание рук от скамейки.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании и воспроизведении	Расчет на 1-2	Скамейки, рулетка, мел	Комбинированный	Прыжки со скакалкой
22	1	03.12.2020г		Сгибание и разгибание рук от скамейки - учет.	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении	Сгибание и разгибание рук	Скамейки, свисток	Контроля и коррекции знаний и умений	Прыжки со скакалкой
23	1	08.12.2020г		Перестроение из колонны по 1 в колонну по 2 через середину зала в движении с	Коррекция глазмера на основе упражнений на ориентировку в	Середина	Мяч, свисток, тренажеры	Комплексного применения знаний и умений	Упражнения на гибкость

				поворотом. Подвижные игры с мячом.	пространстве				
24	1	10.12.2020г		Эстафеты с обручами. Занятие на тренажерах.	Развитие элементов соревновательной деятельности воспитанников	Диагональ	обручи, кегли, скакалки, тренажеры	Игровой	Упражнения на гибкость
25	1	15.12.2020г		Команды «шире шаг» «чаще» «реже». Лазанье по наклонной скамейке (угол 20-30*).	Коррекция образной памяти на основе упражнений в установлении логических связей	Лазанье	Скамейки, свисток	Изучение нового материала и первичного закрепления	Повторение поворотов
26	1	17.12.2020г		Повороты на месте. Пролезание сквозь обручи.	Развитие точности восприятия на основе упражнений в координации движений	Пролезание	Обручи, свисток, мел	Изучение нового материала и первичного закрепления	Приседание на одной ноге
27	1	22.12.2020г		Ходьба с контролем и без контроля зрения. Эстафеты с обручами.	Коррекция эмоционально-волевой сферы воспитанников	Контроль зрения	обручи, кегли, скакалки, мяч	Игровой	Приседание на одной ноге
28	1	24.12.2020г		Ходьба по скамейке с перешагиванием через предметы.	Развитие точности восприятия на основе упражнений в координации движений	Перешагивание	скамейки, м/мячи, кегли, тренажер для равновесия	Изучение нового материала и первичного закрепления	Сгибание-разгибание рук в упоре лежа
29	1	12.01.2021г		Ходьба по рейке скамейки с	Коррекция вестибулярной	Доставание	м/мячи, кегли,	Изучение нового	Сгибание-разгибание рук

				доставанием предметов. Эстафеты с предметами.	устойчивости на основе упражнений на равновесие		обручи, тренажер для равновесия	материала и первичного закрепления	в упоре лежа
30	1	14.01.2021г		Эстафеты с элементами лазанья и перелезаний.	Развитие элементов соревновательной деятельности воспитанников	Элемент	скамейки, обручи, свисток, мел	Игровой	Выпрыгивания из приседа
31	1	19.01.2021г		Эстафеты с обручами. Занятие на тренажерах.	Развитие навыков коммуникативного общения	Передвижение	Обручи, кегли, свисток, мел, тренажеры	Игровой	Выпрыгивания из приседа
32	1	26.01.2021г		Повороты на месте. Подвижные игры.	Коррекция эмоционально-волевой сферы воспитанников	Товарищество	Мяч, свисток, мел	Игровой	
33	1	28.01.2021г		Техника безопасности на уроках гимнастики, во время игры. Эстафеты с предметами.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании, воспроизведении	Гимнастика	обручи, кегли, скакалки, мяч	Игровой	Стойка на лопатках
34	1	02.02.2021г		Пережат в группировке. 2-3 кувырка вперед (индивидуально). Эс	Развитие точности восприятия на основе упражнений в координации	Пережат	Маты, скамейки, свисток, обручи	Изучение нового материала и первичного	Стойка на лопатках

				тафеты с элементами акробатики.	движений			закрепления	
35	1	04.02.2021г		Перекат в группировке. 2-3 кувырка вперед (индивидуально). Стойка на лопатках. Подвижные игры. Занятие на тренажерах	Коррекция пространственных отношений на основе упр. в координации движений	Группировка	маты, мяч, систок, тренажеры	Комплексное применение знаний и умений	Мост из положения лежа
36	1	09.02.2021г		Стойка на лопатках. Мост из положения лежа. Эстафеты с элементами акробатики.	Коррекция вестибулярной устойчивости на основе акробатических упражнений	Кувырок	маты, мел, скамейки, свисток	Обобщения и систематизации знаний и умений	Повторение поворотов
37	1	11.02.2021г		2-3 кувырка вперед (индивидуально)-учет. Стойка на лопатках. Мост из положения лежа.	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении	Стойка на лопатках	Маты, свисток	Комбинированный	Мост из положения лежа
38	1	16.02.2021г		Стойка на лопатках - учет. Мост из положения лежа. Подвижные игры с мячом.	Коррекция внимания на основе упражнений на различение	Мост	маты, мяч, свисток	Комбинированный	Сгибание-разгибание рук в упоре лежа
39	1	18.02.2021г		Мост из положения лежа - учет. Наклон вперед сидя. Подвижные игры.	Развитие гибкости	Наклон	маты, мяч, свисток	Комбинированный	Повторение поворотов
40	1	25.02.		Наклон вперед сидя -	Коррекция памяти	Гибкость	стойки	Комбинированный	Повторение

		2021г		учет. Прыжки в высоту с разбега способом перешагивание.	на основе упражнений в воспроизведении		для прыжков, маты	ан ный	поворотов
41	1	02.03. 2021г		Прыжки в высоту с разбега способом перешагивание. Эстафеты с элементами акробатики.	Коррекция слухового восприятия на основе упражнений в различении	«Перешагивание»	стойки /прыжков, маты, скамейки	Комплексног о применения знаний и умений	Выпрыгивани я из приседа
42	1	04.03. 2021г		Прыжок боком через скамейку с опорой на руки. Прыжок в глубину из приседа.	Развитие точности восприятия на основе упражнений в координации движений	Присед	скамейки , мяч, свисток	Обобщения и систематизац ии знаний и умений	Выпрыгивани я из приседа
43	1	09.03. 2021г		Прыжки в высоту с разбега способом перешагивание - учет. Прыжок боком через скамейку с опорой на руки. Прыжок в глубину из приседа.	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении	Прыжок боком	стойки /прыжков, маты, скамейки	Комбиниров ан ный	Повторение поворотов
44	1	11.03. 2021г		Разучивание акробатической комбинации. Занятие на тренажерах	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании	Акробатика	маты, мяч, свисток, тренажер ы	Изучение нового материала и первичного закрепления	Повторение поворотов
45	1	16.03. 2021г		Закрепление акробатической комбинации.	Коррекция вестибулярной устойчивости на	Акробатическая комбинация	маты, мяч, свисток	Комплексног о применения	Стибание- разгибание рук в упоре лежа

					основе акробатических упражнений			знаний и умений	
46	1	18.03.2021г		Совершенствование акробатической комбинации (слитность исполнения).	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений в координации движений	Слитность исполнения	Маты, свисток	Обобщения и систематизации знаний и умений	Сгибание-разгибание рук в упоре лежа
47	1	23.03.2021г		Акробатическая комбинация - учет.	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении	Перестроение	маты, мяч, свисток, мел	Контроля и коррекции знаний и умений	Приседание на одной ноге
48	1	25.03.2021г		Эстафеты с элементами акробатики.	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений в координации движений	Эстафеты	маты, скамейки, свисток, мел	Тренировочный	Приседание на одной ноге
49	1	06.04.2021г		Игры и упражнения с обручами. Занятие на тренажерах.	Развивать быстроту двигательной реакции	Передвижение	обручи, кубики, свисток, тренажеры	Соревновательной-игровой	упражнения для развития гибкости, силы
50	1	08.04.2021г		Перестроение из 1 в 2 шеренги. Подвижные игры.	Развитие навыков коммуникативного общения	Противоход	Мяч, свисток, мел	Игровой	Прыжки со скакалкой
51	1	13.04.2021г		Эстафеты с предметами.	Коррекция эмоционально-волевой сферы	«Змейка»	обручи, кегли, скакалки,	Игровой	Упражнения на гибкость



					воспитанников		мяч		
52	1	20.04. 2021г		Эстафеты с элементами акробатики.	Коррекция вестибулярной устойчивости на основе акробатических упражнений	Диагональ	маты, скамейки, свисток, мел	Игровой	
54	1	22.04. 2021г		Дыхание при ходьбе, беге. Прохождение полосы препятствий.	Коррекция образной памяти на основе упражнений в установлении логических связей	Дыхание	Мяч, свисток	Тренировочный	Подтягивание в висе
55	1	27.04. 2021г		Медленный бег до 3 мин. Подвижные игры с мячом.	Развитие выносливости	Медленный бег	кегли, мяч	Тренировочный	Выпрыгивания из приседа
56	1	29.04. 2021г		Метание мяча в цель. Подвижные игры с прыжками.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании, воспроизведении	Глазомер	м/мячи, мяч	Комплексного применения знаний и умений	Выпрыгивания из приседа
57	1	04.05. 2021г		Прыжки в длину с разбега, способом согнув ноги. Метание мяча в цель.	Развитие точности восприятия на основе упражнений в координации движений	Прыжки с разбега	м/мячи, мяч	Обобщения и систематизации знаний и умений	Повторение поворотов
58	1	06.05. 2021г		Метание мяча в цель - учет. Прыжки в длину с разбега, способом согнув	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении	Согнув ног и	м/мячи, мел, свисток	Комбинированный	Повторение поворотов

				ноги.					
59	1	11.05.2021г		Прыжки в длину с разбега, способом согнув ноги - учет.	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении	Приземлени е	Мяч, рулетка, свисток	Контроля и коррекции знаний и умений	Повторение поворотов
60	1	13.05.2021г		Перестроение в 1-2 шеренги. Бег 1000м (без учета времени).	Развитие выносливости	Выносли- вость	кегли, мяч	Тренировочн ый	Прыжки со скакалкой
61	1	18.05.2021г		Понятие «высокий старт». Бег с ускорением до 40м.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании	Ускорение	Мяч, секундом ер, свисток	Комплексног о применения знаний и умений	Прыжки со скакалкой
62	1	20.05.2021г		Бег с высокого старта до 40м. Эстафеты с предметами.	Коррекция пространственно-временных отношений на основе скоростных упражнений	Фигурная ходьба	обручи, кегли, мячи	Обобщения и систематизац ии знаний и умений	Сгибание- разгибание рук в упоре лежа
63	1	25.05.2021г		Бег 30м с высокого старта - учет. Челночный бег 3*10м.	Коррекция внимания на основе упражнений на сравнение	Финиш	брусочки /челн. бега	Комбиниров ан ный	Сгибание- разгибание рук в упоре лежа
64	1	27.05.2021г		Челночный бег 3*10м - учет. Прыжки со скакалкой.	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении	Челночный	брусочки /челн. бега, скакалки	Комбиниров ан ный	Подтягивание в висе