

**Государственное казённое общеобразовательное учреждение Ленинградской области «Подпорожская школа-интернат,
реализующая адаптированные образовательные программы»**

Принята
на заседании
педагогического совета
Протокол № 1 от 30 августа 2019года

Утверждена
приказом ГКОУ ЛО
«Подпорожская школа-интернат»
№ 116 от 02 сентября 2019года

**Адаптированная рабочая общеобразовательная программа
по предмету «Адаптивная физкультура»
4 (2 вариант)
на 2019 – 2020учебный год**

Ответственный за реализацию программы
Учитель Геман Мария Вячеславовна

г. Подпорожье
2019 год

Структура рабочей программы

1. Пояснительная записка.
2. Место предмета в учебном плане.
3. Планируемые результаты освоения программы.
4. Содержание программы.
5. Система оценки достижения планируемых результатов.
6. Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса.
7. Календарно-тематическое планирование.
8. Лист внесения изменений.

1. Пояснительная записка

Рабочая программа по «Адаптивной физической культуре» разработана на основе АООП для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в соответствии с ФГОС для обучающихся с УО.

При составлении программы учитывались возрастные и психофизиологические особенности учащихся, содержание программы отвечает принципам психолого-педагогического процесса и коррекционной направленности обучения и воспитания.

Психолого-педагогическая характеристика обучающихся в классе.

Особенности психофизического развития детей в классе определяют специфику их образовательных потребностей. Исходя из этого, класс целесообразно поделить на две группы:

1 группа обучающихся для, которых характерна умственная отсталость в умеренной степени, она сочетается с нарушениями зрения, слуха, опорно-двигательного аппарата, расстройствами аутистического спектра и эмоционально-волевой сферы, выраженными в различной степени и сочетающимися в разных вариантах. У некоторых детей выявляются текущие психические и соматические заболевания, которые значительно осложняют их развитие и обучение.

Часть детей, отнесенных к данной группе категории, имеют тяжёлые опорно-двигательные нарушения неврологического генеза (сложные формы ДЦ, гиперкинез и т.д.), вследствие которых они полностью или почти полностью зависимы от посторонней помощи в передвижении, самообслуживании, предметной деятельности и коммуникации. Спастичность конечностей часто осложнена гиперкинезами. Процесс общения затруднен в связи с несформированностью языковых средств и парезами органов речи.

Развитие детей данной группы, у которых менее выражено интеллектуальное недоразвитие, благоприятствует формированию представлений, умений и навыков, значимых для их социальной адаптации. Так, у большинства детей проявляется интерес к общению и взаимодействию, что является предпосылкой для обучения использованию невербальных средств коммуникации (жесты, мимика, графические изображения и др.). Способность ребенка выполнять отдельные двигательные действия (захват, удержание предмета, контролируемые движения шеи и др.) создаёт предпосылки для обучения отдельным операциям по самообслуживанию и предметно-практической деятельности.

2 группа обучающихся для, которых характерна умственная отсталость в тяжелой степени, она так же сочетается с нарушениями зрения, слуха, опорно-двигательного аппарата, расстройствами аутистического спектра и эмоционально-волевой сферы, выраженными в различной степени и сочетающимися в разных вариантах. У некоторых детей выявляются текущие психические и соматические заболевания, которые значительно осложняют их развитие и обучение.

Часть детей, отнесенных к данной группе категории, имеют тяжёлые опорно-двигательные нарушения неврологического генеза (сложные формы ДЦП, спастический тетрапарез, гиперкинез и т.д.), вследствие которых они полностью или почти полностью зависимы от посторонней помощи в передвижении, самообслуживании, предметной деятельности и коммуникации. Спастичность конечностей часто осложнена гиперкинезами. Процесс общения затруднен в связи с несформированностью языковых средств и парезами органов речи.

Разделение на группы в данном случае носит условный характер и ни в коем случае не предполагает реальное разделение детей в образовательной организации. Смешанная комплектация классов создает условия, в которых дети могут учиться подражать и помогать друг другу.

Дети с умеренной и тяжелой умственной отсталостью имеют конкретное негибкое мышление, образование отвлеченных понятий значительно затруднено или невозможно. Ограниченно формируется понимание и использование речи, которая часто сопровождается косноязычием и аграмматизмами. Словарный запас состоит из наиболее часто употребляемых в обиходе слов и выражений. В случае тяжелой умственной отсталости языковые средства часто оказываются несформированными. Вместе с тем использование средств

альтернативной (невербальной) коммуникации позволяет обучать детей с выраженным интеллектуальным недоразвитием навыкам элементарной коммуникации.

Внимание у обучающихся с трудом привлекается, отличается неустойчивостью и отвлекаемостью.

Слабость активного внимания препятствует решению задач познавательного развития, однако, при высокой мотивации его продолжительность может быть увеличена.

Общемоторное развитие, как правило, нарушено. Имеются отклонения в координации, точности и темпе движений. Движения замедленны, неуклюжи. У обучающихся возникают большие сложности при переключении движений, быстрой смене поз и действий. Часть детей с умеренной, умственной отсталостью имеет замедленный темп, вялость, неловкость движений. У других наблюдается повышенная подвижность, сочетающаяся с не целенаправленностью, беспорядочностью, не скоординированностью движений.

Характер развития детей зависит от ряда факторов: этиологии, патогенеза нарушений, времени возникновения и сроков выявления отклонений, характера и степени выраженности каждого из первичных расстройств, специфики их сочетания, а также от сроков начала, объема и качества коррекционной помощи.

В связи с выраженными нарушениями и (или) искажениями процессов познавательной деятельности, прежде всего: восприятия, мышления, внимания, памяти непродуктивным оказываются подходы, требующие абстрактного мышления, задействование процессов анализа и синтеза. Вследствие чего возникают серьезные трудности в усвоении «академического» компонента различных программ дошкольного, а тем более школьного образования. Специфика эмоциональной сферы определяется ее неустойчивостью, часто гиперсензитивностью. В связи с неразвитостью волевых процессов дети оказываются не способны произвольно регулировать свое эмоциональное состояние в процессе деятельности, что не редко вызывает проблемы поведения. Кроме всего перечисленного, трудности в обучении вызваны недоразвитием мотивационно-потребностной сферы обучающихся с умственной отсталостью и ТМНР. Интерес к какой-либо деятельности, если возникает, то, как правило, носит кратковременный, неустойчивый характер.

Нарушение мышления и речи, равно как и всех сторон психики детей с нарушениями интеллекта, обуславливают специфику обучения их русскому языку. Эта специфика отражается не только в системе обучения данному предмету, но и в содержании материала, в структуре его размещения.

Общая характеристика учебного предмета:

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций человека (дыхание, работа сердечно-сосудистой системы и других внутренних органов). У большинства детей с ТМНР имеются тяжелые нарушения опорно-двигательных функций, значительно ограничивающие возможности самостоятельной деятельности обучающихся.

Целью программы является работа по обогащению сенсомоторного опыта, поддержанию и развитию способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков.

Основные задачи:

- мотивация двигательной активности,
- поддержка и развитие имеющихся движений,
- расширение диапазона движений и профилактика возможных нарушений;
- освоение новых способов передвижения (включая передвижение с помощью технических средств реабилитации).

Особенности обучения

Занятия по адаптивной физкультуре проводятся 3 раза в неделю. На них ведущая роль принадлежит педагогу. Для обучения создаются такие условия, которые дают возможность каждому ребенку работать в доступном темпе, проявляя возможную самостоятельность. Учитель подбирает материал по объему и компоует по степени сложности, исходя из особенностей развития каждого ребенка.

В процессе занятий учитель может использовать различные виды деятельности: игровую (сюжетно-ролевою, дидактическую, театрализованную, подвижную игру).

Индивидуальные формы работы на занятиях органически сочетаются с фронтальными и групповыми.

Дидактический материал подобран в соответствии с содержанием и задачами урока-занятия, с учетом уровня развития речи детей.

2. Место предмета в учебном плане

Данная программа адресована обучающимся, воспитанникам 4 класса (2 вариант) ГКОУ ЛО «Подпорожская школа – интернат, реализующая адаптированные образовательные программы».

Программа рассчитана на 1

год.

Объём учебного времени: 68

часов.

Форма обучения: очная.

Режим занятий: 2 часа в неделю.

Возможно уменьшение количества часов, в зависимости от изменения годового календарного учебного графика, сроков каникул, выпадения уроков на праздничные дни. На каждый изучаемый раздел отведено определенное количество часов, указанное в тематическом плане, которое может меняться (увеличиваться или уменьшаться) в зависимости от уровня усвоения темы обучающимися, воспитанниками. Поэтому важен не только дифференцированный подход в обучении, но и неоднократное повторение, закрепление пройденного материала.

3. Планируемые результаты освоения программы

В процессе обучения осуществлять мониторинг всех групп БУД, который отражает индивидуальные достижения обучающихся и позволяет делать выводы об эффективности проводимой в этом направлении работы.

При выявлении уровня развития ученика оценивается качественное содержание доступных ему действий. В качестве значимых можно выделить основные уровни деятельности:

- совместные действия с педагогом;
- деятельность по подражанию;

- деятельность по образцу;
- деятельность по последовательной инструкции;
- деятельность с привлечением внимания ученика к предмету деятельности;
- самостоятельная деятельность обучающегося;
- умение учащегося исправить допущенные ошибки.

Обучение детей с тяжелой умственной отсталостью является безоценочным.

Планируемые результаты освоения программы

1. Развитие элементарных пространственных понятий
2. Знание частей тела человека
3. Знание элементарных видов движений
4. Умение выполнять исходные положения
5. Умение бросать, перекладывать, перекатывать.
6. Умение управлять дыханием

4. Содержание программы

Содержание курса соответствует требованиям, предъявляемым Федеральным компонентом. Рабочая программа составлена на 68 часов в год,

2 часа в неделю.

- дыхательные упражнения;
- построения и перестроения;
- ходьба и упражнения в равновесии;
- бег;
- прыжки;
- бросание, ловля, метание;
- ползание и лазание;
- элементы спортивных игр и спортивных упражнений.

Основным видом деятельности на уроке является игра.

Коррекционная направленность реализации программы обеспечивается через использование в образовательном процессе специальных методов и приемов, создание специальных условий, перераспределения содержания программы по годам обучения, использование принципа линейности и концентричности, существование межпредметных связей между содержанием обучения различным предметам.

5. Система оценки достижения планируемых результатов

Предметом итоговой оценки освоения обучающимися программы должно быть достижение результатов освоения специальной индивидуальной программы развития последнего года обучения и развития жизненной компетенции обучающихся.

С 3 года обучения проводится количественное оценивание освоения образовательных программ.

Отметка «5» ставится, если обучающийся выполняет задание по образцу и (или) словесной инструкции при минимальной помощи учителя.

Отметка «4» ставится, если обучающийся выполняет задание по образцу и (или) словесной инструкции с частичной помощью учителя.

Отметка «3» ставится, если обучающийся выполняет задание в сопряженном режиме вместе с учителем.

Отметка «2» не ставится.

Примечание: В случае затруднений в оценке сформированности действий, представлений в связи с отсутствием видимых изменений, обусловленных тяжестью имеющихся у ребенка нарушений, следует оценивать его другие возможные личностные результаты.

Фиксация результатов оценивания.

Итоговые результаты образования за оцениваемый период оформляются:

1. в классном журнале;
2. описательно в дневниках наблюдения по итогам текущей аттестации;
3. в форме характеристики за учебный год.

На основе итоговой характеристики составляется СИПР на следующий учебный период.

В рамках каждого учебного предмета или курса разработан диагностический контроль по отслеживанию образовательных достижений обучающихся и итоговая динамика усвоения предмета (курса) обучающимися с умеренной, тяжёлой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), ТМНР.

ДИНАМИКА УСВОЕНИЯ ЗНАНИЙ ПО ПРЕДМЕТУ (КУРСУ)

Критерии оценки динамики усвоения программы:

- 0 – отсутствие динамики или регресс.
- 1 – динамика в освоении минимум одной операции, действия.
- 2 – минимальная динамика.
- 3 – средняя динамика.
- 4 – выраженная динамика.
- 5 – полное освоение действия

6. Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса

Основные технологии обучения:

- лично-ориентированные;
- деятельностный подход;
- уровневая дифференциация;
- информационно-коммуникативные;
- здоровьесберегающие;
- игровые.

Основными видами деятельности учащихся по предмету являются:

- Беседа (диалог).
- Самостоятельная работа.
- Подвижные игры.
- Работа со спортивным инвентарём.
- Рассказ.
- Просмотр видеофильмов, видеороликов о спорте.

Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса.

- Мячи
- Скакалки
- Компьютер
- Музыкальный центр
- Аудиозаписи
- Маты
- Кегли

7.Календарно-тематическое планирование

№ урок а	Дата проведения	Тема урока	Цели урока	Виды деятельности	Планируемые результаты		Формы и виды контроля
					Предметные	БУД	
Основы знаний.		Правила поведения в физкультурном зале, на спортивной площадке. Подготовка спортивной формы к занятиям, переодевание. Понятие о правильной осанке, ходьбе, беге, метании, прыжках. Значение утренней зарядки. Правила безопасности при занятиях физическими упражнениями.					
1-2	04.09 06.09	Инструктаж по технике безопасности. Дыхательные упражнения	Сформировать правильное дыхание	Проводит инструктаж по ТБ. Проводит построение. Проверка готовности обучающихся, воспитанников к уроку.	Научаться правильно выполнять дыхательные упражнения	Р -научатся ориентироваться в пространстве спортивного зала П -правильно выполнять дыхание К -обращаться за помощью и принимать помощь Л -проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Предварительный контроль (выявление ЗУН по разделу)
3-4	11.09 13.09	Сгибание пальцев в кулак на одной руке с одновременным разгибанием на другой руке	Сформировать навык элементарных упражнений	Проводит инструктаж по ТБ. Проводит построение. Проверка готовности обучающихся, воспитанников к уроку.	Умение выполнять элементарные упражнения	Р -научатся ориентироваться в пространстве спортивного зала П -правильно выполнять движения пальцами К -обращаться за помощью и принимать помощь Л -проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Практический контроль

5	18.09	Круговые движения кистью.	Научить технике выполнения движения кистями	Проводит инструктаж по ТБ. Проводит построение. Проверка готовности обучающихся, воспитанников к уроку.	Умение выполнять элементарные упражнения	Р -научатся ориентироваться в пространстве спортивного зала П - выполнять движения кистями К -обращаться за помощью и принимать помощь Л -проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Практический контроль
6-8	20.09 25.09 27.09	Одновременные (поочередные) движения руками в исходных положениях «стоя», «сидя», «лежа» (на боку, на спине, на животе)	Сформировать навык элементарных упражнений	Проводит инструктаж по ТБ. Проводит построение. Проверка готовности обучающихся, воспитанников к уроку.	Умение выполнять элементарные упражнения	Р -научатся ориентироваться в пространстве спортивного зала П - выполнять различные движения руками К -обращаться за помощью и принимать помощь Л -проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Практический контроль
9	02.10	Движения головой: наклоны вперед (назад, в стороны), повороты, круговые движения. Поднимание головы в положении «лежа на животе» Движения головой: наклоны вперед (назад, в стороны), повороты, круговые движения. Поднимание головы в положении лежа на животе	Обучать различным движениям головой.	Проводит инструктаж по ТБ. Проводит построение. Проверка готовности обучающихся, воспитанников к уроку.	Умение выполнять элементарные упражнения	Р -научатся ориентироваться в пространстве спортивного зала П -правильно выполнять движения головой К -обращаться за помощью и принимать помощь Л -проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство	Практический контроль

						в достижении поставленных целей	
10	04.10	Наклоны туловищем	Научить правильно выполнять наклоны туловищем	Проводит инструктаж по ТБ. Проводит построение. Проверка готовности обучающихся, воспитанников к уроку.	Научаться выполнять наклоны туловищем в разные стороны	<p>Р-научатся ориентироваться в пространстве спортивного зала</p> <p>П-правильно выполнять наклоны туловищем</p> <p>К-обращаться за помощью и принимать помощь</p> <p>Л-проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	Практический контроль
11	09.10	Движения стопами	Разучить элементарные движения стопами	Проводит инструктаж по ТБ. Проводит построение. Проверка готовности обучающихся, воспитанников к уроку.	Познакомятся с различными видами движения стоп	<p>Р-научатся ориентироваться в пространстве спортивного зала</p> <p>П- выполнять движения стопами</p> <p>К-обращаться за помощью и принимать помощь</p> <p>Л-проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	Выполнение простых учебных поручений учителя
12	11.10	Ходьба с высоким подниманием колен	Создать первоначальное представление о ходьбе с высоким подниманием колен	Проводит инструктаж по ТБ. Проводит построение. Проверка готовности обучающихся, воспитанников к уроку.	Познакомятся с понятием «ходьба с высоким подниманием колен»	<p>Р-научатся ориентироваться в пространстве спортивного зала</p> <p>П-выполнять движения по подражанию учителя</p> <p>К-обращаться за</p>	Выполнение простых учебных поручений учителя

						помощью и принимать помощь Л-проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	
13	16.10	Перекаты с носков на пятки	Совершенствовать технику выполнения перекатов с носков на пятки	Проводит инструктаж по ТБ. Проводит построение. Проверка готовности обучающихся, воспитанников к уроку.	Освоят технику выполнения перекатов с носка на пятку	Р-научатся ориентироваться в пространстве зала П- выполнять перекаты К-обращаться за помощью и принимать помощь Л-проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Индивидуальный контроль
14	18.10	Приседания	Научить правильному выполнению приседания	Проводит инструктаж по ТБ. Проводит построение. Проверка готовности обучающихся, воспитанников к уроку. Показ. Выполнение.	Освоят технику выполнения приседания	Р-научатся ориентироваться в пространстве зала П-освоят технику приседания К-обращаться за помощью и принимать помощь Л-проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Индивидуальный контроль
15-16	23.10 25.10	Ползание на четвереньках	Совершенствовать технику выполнения ползания на четвереньках	Проводит инструктаж по ТБ. Проводит построение. Проверка готовности обучающихся, воспитанников к уроку.	Закрепят технику выполнения ползания на четвереньках	Р-научатся ориентироваться в пространстве зала П-закрепят технику ползания К-обращаться за	Практический контроль

						помощью и принимать помощь Л-проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	
17	30.10	Прыжки на двух ногах на месте и с продвижением вперед	Совершенствовать технику выполнения прыжков	Проводит инструктаж по ТБ. Проводит построение. Проверка готовности обучающихся, воспитанников к уроку. Объяснение. Показ. Выполнение.	Научаться прыгать на двух ногах	Р-научатся ориентироваться в пространстве спортивного зала П- выполнять прыжки на двух ногах К-обращаться за помощью и принимать помощь Л-проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Выполнение простых учебных поручений учителя
2 четверть							

18-19	13.11 15.11	Инструктаж по ТБ Ходьба с удержанием рук за спиной (на поясе, на голове, в стороны)	Разучить положение рук во время ходьбы	Проводит инструктаж по ТБ. Проводит построение. Проверка готовности обучающихся, воспитанников к уроку. Объяснение. Показ. Выполнение.	Научаться выполнять ходьбу с различными положениями рук	Р -научатся ориентироваться в пространстве спортивного зала П - выполнять ходьбу с различными положениями рук К -обращаться за помощью и принимать помощь Л -проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Практический контроль
20	20.11	Подвижная игра «У медведя во бору»	Создать условия для совершенствования освоенных двигательных умений и действий в подвижных играх на уроке физической культуры.	Вступительная беседа. Инструктаж по технике безопасности. Объяснение правил игры. Подвижные игры.	Умение соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.	Р - научатся ориентироваться в пространстве спортивного зала П -уметь играть в подвижные игры К - научатся договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности Л -активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	Практический контроль
21	22.11	Подвижная игра «Гуси-лебеди»	Создать условия для совершенствования освоенных двигательных умений и действий в подвижных играх на уроке физической культуры	Вступительная беседа. Инструктаж по технике безопасности. Объяснение правил игры. Подвижные игры.	Умение соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.	Р - научатся ориентироваться в пространстве спортивного зала П -уметь играть в подвижные игры К - научатся	Практический контроль

			культуры.			договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности Л -активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	
22	27.11	Подвижная игра «Кошка и мышки»	Создать условия для совершенствования освоенных двигательных умений и действий в подвижных играх на уроке физической культуры.	Вступительная беседа. Инструктаж по технике безопасности. Объяснение правил игры. Подвижные игры.	Умение соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.	Р - научатся ориентироваться в пространстве зала П -уметь играть в подвижные игры К - научатся договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности Л -активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	Практический контроль
23	29.11	Движения руками при ходьбе: взмахи, вращения, отведение рук назад, в стороны, подъем вверх.	Разучить положение рук во время ходьбы	Проводит инструктаж по ТБ. Проводит построение. Проверка готовности обучающихся, воспитанников к уроку. Объяснение. Показ. Выполнение.	Освоят движения руками во время ходьбы	Р -научатся ориентироваться в пространстве зала П -правильно выполнять различные движения руками при ходьбе	Индивидуальный контроль

						<p>К-обращаться за помощью и принимать помощь Л-проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	
24	04.12	<p>Ходьба ровным шагом, на носках, пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, приседе</p>	<p>Совершенствовать технику выполнения ходьбы разными способами</p>	<p>Проводит инструктаж по ТБ. Проводит построение. Проверка готовности обучающихся, воспитанников к уроку. Объяснение. Показ. Выполнение.</p>	<p>Закрепят технику выполнения ходьбы разными способами</p>	<p>Р-научатся ориентироваться в пространстве спортивного зала П-правильно выполнять различные виды ходьбы К-обращаться за помощью и принимать помощь Л-проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	<p>Практический контроль</p>

25	06.12	Бег в умеренном (медленном, быстром) темпе	Продолжить обучение правильному выполнению бега	Проводит инструктаж по ТБ. Проводит построение. Проверка готовности обучающихся, воспитанников к уроку. Объяснение. Показ. Выполнение.	Освоят технику выполнения бега в различном темпе по показу учителя	Р -научатся ориентироваться в пространстве зала П -правильно выполнять бег в различном темпе К -обращаться за помощью и принимать помощь Л -проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Индивидуальный контроль
26-27	11.12 13.12	Преодоление препятствий при ходьбе (беге)	Познакомить с различными видами препятствий	Проводит инструктаж по ТБ. Проводит построение. Проверка готовности обучающихся, воспитанников к уроку. Объяснение. Показ. Выполнение.	Познакомятся с различными видами преодоления препятствий	Р -научатся ориентироваться в пространстве зала П - выполнять элементарные движения по подражанию учителя К -обращаться за помощью и принимать помощь Л -проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Индивидуальное выполнение задания
28	18.12	Прыжки на двух ногах на месте (с движениями рук), с продвижением вперед (назад, вправо, влево)	Совершенствовать технику выполнения прыжков разными способами	Проводит инструктаж по ТБ. Проводит построение. Проверка готовности обучающихся, воспитанников к уроку. Объяснение. Показ. Выполнение.	Освоят технику прыжковых упражнений	Р -научатся ориентироваться в пространстве зала П - выполнять прыжки разными способами К -обращаться за помощью и принимать помощь Л -проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Практический контроль

29-30	20.12 25.12	Подлезание под препятствия на животе, на четвереньках	Сформировать навык элементарных упражнений	Проводит инструктаж по ТБ. Проводит построение. Проверка готовности обучающихся, воспитанников к уроку. Объяснение. Показ. Выполнение	Освоят элементарные упражнения	Р -научатся ориентироваться в пространстве спортивного зала П -уметь ползать на животе и на Четвереньках К -обращаться за помощью и принимать помощь Л -проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Выполнение простых учебных поручений учителя
-------	----------------	---	--	---	--------------------------------	--	---

31	27.12	Перелезание через препятствия	Научить техники выполнения перелезания через препятствия различными способами	Проводит инструктаж по ТБ. Проводит построение. Проверка готовности обучающихся, воспитанников к уроку. Объяснение. Показ. Выполнение.	Освоят технику перелезания через препятствия	Р -научатся ориентироваться в пространстве спортивного зала П -уметь выполнять упражнения по подражанию К -обращаться за помощью и принимать помощь Л -проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Индивидуальный контроль
----	-------	-------------------------------	---	--	--	---	-------------------------

3 четверть

32 33	Инструктаж по ТБ Построения и перестроения . Передача предметов в шеренге (по кругу)	Познакомить со способами передачи	Проводит инструктаж по ТБ. Проводит готовности обучающихся, воспитанников к уроку. Объяснение. Показ. Выполнение.	Познакомятся с видами передачи предметов	Р -научатся ориентироваться в спортивного зала П -выполнять виды передачи предметов К -обращаться за помощью и принимать помощь Л -проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Выполнение простых учебных поручений учителя
34-36	Броски среднего (маленького) мяча двумя руками вверх (о пол, о стенку)	Продолжить обучение по овладению мячами	Проводит инструктаж по ТБ. Проводит построение. Проверка готовности обучающихся, воспитанников к уроку. Объяснение. Показ. Выполнение.	Освоят технику выполнения бросков мяча	Р -научатся ориентироваться в пространстве спортивного зала П - выполнять броски мяча двумя руками К -обращаться за помощью и принимать помощь Л -проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Выполнение индивидуальн ого задания
37-38	Подвижная игра «Шишки, жёлуди, орехи»	Создать условия для совершенствования освоенных двигательных умений и действий в подвижных играх на уроке физической	Вступительная беседа. Инструктаж по технике безопасности. Объяснение правил игры. Подвижные игры.	Умение соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.	Р - научатся ориентироваться в пространстве спортивного зала П -уметь играть в подвижные игры К - научатся	

			культуры.			договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности Л-активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и	Практический контроль
39-41		Ползание на животе , четвереньках под барьерами	Научить ползать на Четвереньках, животе под барьерами.	Проверка готовности класса к уроку (помощь в переодевание). Разминка. Выполнение задания вместе с учителем. Оценка деятельности обучающихся	Научатся ползать на Четвереньках , животе под барьерами.	Р-научатся ориентироваться в спортивном зале П-уметь правильно передвигаться на четвереньках К-управление коммуникацией – адекватно использовать речь Л-проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Индивидуальный контроль
42-44		Перелезание через препятствия	Научатся перелезать через препятствия	Проверка готовности класса к уроку (помощь в переодевание). Разминка. Выполнение задания вместе с учителем. Оценка деятельности обучающихся	Научатся перелезать через препятствия	Р-научатся ориентироваться в спортивном зале П-уметь правильно перелезать через препятствия К- управление коммуникацией адекватно использовать речь Л-проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Индивидуальный контроль

45-47	Лазание по гимнастической стенке вверх (вниз, в стороны)	Продолжить обучение по лазанию по гимнастической стенке	Проводит инструктаж по ТБ. Проводит построение. Проверка готовности обучающихся, воспитанников к уроку. Объяснение. Показ. Выполнение.	Научатся выполнять лазание по гимнастической стенке	Р-научатся ориентироваться в пространстве спортивного зала П- выполнять лазание по гимнастической стенке К-обращаться за помощью и принимать помощь Л-проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Индивидуальный контроль
48-49	Прокатывание мяча двумя руками друг другу.	Научить обучающихся, воспитанников работать в паре.	Инструктаж по ТБ. Проверка готовности класса к уроку (помощь в передевание). Разминка. Выполнение задания вместе с учителем. Оценка деятельности обучающихся, воспитанников на уроке.	Освоят технику прокатывания мяча друг другу.	Р-работать со спортивным инвентарём П-применять начальные сведения о работе с мячом К-сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных жизненных и социальных ситуациях Л-оказывать помощь своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов	Текущий контроль
50-51	Ловля мяча, брошенного учителем.	Обучать техники ловли мяча.	Проверка готовности класса к уроку (помощь в передевание). Разминка. Выполнение задания вместе с учителем. Оценка деятельности обучающихся, воспитанников на уроке.	Освоят ловлю мяча, брошенного учителем.	Р-работать со спортивным инвентарём П-применять начальные сведения о работе с мячом К-сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных жизненных и социальных ситуациях Л-оказывать помощь своим сверстникам, нахождение с ними общего	Групповой, индивидуальный контроль.

4 четверть

52-53		Инструктаж по ТБ на уроках физкультуры. Перестроения из шеренги в колонну.	Обучать техники перестроения из шеренги в колонну.	Построение класса. Разминка. Объяснение нового материала. Показ. Самостоятельное выполнение под руководством учителя. Оценка деятельности обучающихся, воспитанников на уроке.	Освоят технику перестроения из шеренги в колонну.	Р -умение технически правильно выполнять двигательные действия П -получат сведения о перестроении из шеренги в колонну К -выражают готовность слушать собеседника и вести диалог Л -активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками	Текущий контроль.
54-55		Бег вслед за учителем, в направлении к нему.	Ознакомить с ТБ во время бега. Обучить техники бега за учителем.	Проверка готовности класса к уроку (помощь в переодевании). Показ и выполнение бега. Оценка деятельности обучающихся, воспитанников на уроке.	Освоят технику выполнения бега за учителем.	Р - научатся ориентироваться в пространстве спортивного зала П -уметь правильно бегать точно за учителем К -сотрудничать со взрослыми и сверстниками Л -активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками	Текущий контроль.
55-57		Бег в разных направлениях между объёмными модулями.	Продолжать обучать техники выполнения бега между предметами.	Проверка готовности класса к уроку (помощь в переодевании). Показ и выполнение бега. Оценка деятельности обучающихся, воспитанников на уроке.	Научатся бегать между предметами под руководством учителя.	Р - научатся ориентироваться в пространстве спортивного зала П -уметь правильно бегать с взрослыми и сверстниками К -сотрудничать с взрослыми и сверстниками Л -активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками	Текущий контроль.

58-60		Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд.	Научить техники выполнения прыжков на двух ногах с продвижением вперёд.	Построение класса. Проверка готовности обучающихся, воспитанников к уроку. Разминка. Показ прыжков на двух ногах с продвижением вперёд. Оценка деятельности обучающихся, воспитанников.	Научатся прыгать на двух ногах с продвижением вперёд.	Р -научатся ориентироваться в спортивном зале П -правильно выполнять основные движения в прыжке К -сотрудничать со взрослыми и сверстниками Л -подрожать действиям педагога	Выполнение прыжков.
61-62		Поскоки на месте.	Продолжать обучать техники выполнения поскоков на месте	Построение класса. Проверка готовности обучающихся, воспитанников к уроку. Разминка. Выполнение задания. Оценка деятельности обучающихся, воспитанников.	Научатся выполнять поскоки на месте под руководством учителя.	Р -научатся ориентироваться в спортивном зале П -правильно выполнять основные движения К -сотрудничать со сверстниками Л - активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками	Текущий контроль.
63-65		Прыжки через препятствия высотой 5 см.	Обучать прыжкам через препятствия (строго индивидуально).	Проверка готовности класса к уроку (помощь в переодевании). Показ и выполнение вместе с детьми заданий. Оценка деятельности обучающихся, воспитанников на уроке.	Освоят технику выполнения прыжков через препятствия.	Р - научатся ориентироваться в пространстве спортивного зала П -получат первоначальные сведения о технике прыжков через препятствия К -сотрудничать со взрослыми и сверстниками Л -активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками	Индивидуальный контроль.

66-68		Подвижная игра « Мяч соседу» «У медвебя во бору»	Создать условия для совершенствования освоенных двигательных умений и действий в подвижных играх на уроке физической культуры.	Построение класса. Сообщение темы урока. Инструктаж по ТБ. Разминка. Объяснение правил игр. Подвижные игры. Подведение итогов. Оценка деятельности обучающихся, воспитанников на уроке.	Научатся соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.	Р- научатся ориентироваться в пространстве спортивного зала П- научатсяиграть в игры с элементами общеразвивающих упражнений К- научатсяраспределять роли в совместной деятельности Л- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками	Текущий, групповой контроль
-------	--	--	--	---	--	---	-----------------------------

8. Лист внесения изменений.

Класс	Дата	Количество не проведенных уроков	Причина	Согласование с курирующим завучем

