

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Свердловской области «Красноуфимская школа, реализующая адаптированные
основные общеобразовательные программы»

РАССМОТРЕНА

и рекомендована к утверждению
на заседании Методического совета
от «21» августа 2024г
Протокол №1

УТВЕРЖДЕНА:

Приказом ГБОУ СО
«Красноуфимская школа»
от «30» августа 2024 г. №114/1-
од

Рабочая программа
Предметная область **Физическая культура**
учебный предмет «**Адаптивная физическая культура**»
для обучающихся с легкой
умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями)
5 - 9 класс

Составитель: В.С. Якимов, учитель ВКК

г. Красноуфимск
2024г.

Оглавление

I. Пояснительная записка.....	3
Цель рабочей программы.....	4
Нормативно - правовая база	4
Принцип распределения часов в рабочей программе.....	6
Общая характеристика обучающихся с умственной отсталостью и специфика овладения материалом	9
Место и роль предмета среди других предметов учебного плана	11
Информация о количестве часов, на которое рассчитана учебная программа.....	12
Формы организации образовательного процесса	13
Критерии и нормы оценки знаний, умений, навыков обучающихся	15
Учебно-методический комплект, используемый для достижения поставленной цели	16
II. Содержание учебного предмета.....	16
III. Планируемые результаты освоения учебного предмета «Физическая культура» II этапа обучения (5-9 класс).....	18
IV. Перечень методической литературы, образовательных ресурсов, онлайн платформ и материально технического обеспечения	22
Учебно-методическое обеспечение	22
Образовательные ресурсы и онлайн платформы	22
Материально техническое обеспечение образовательной деятельности.....	23
V. Приложение.....	24
Развернутое календарно – тематическое планирование.....	24
5 класс.....	24
6 класс.....	44
7 класс.....	65
8 класс.....	85
9 класс.....	105

I. Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Адаптивная физическая культура» является частью адаптированной основной общеобразовательной программы (1вариант) ГБОУ СО «Красноуфимская школа» (*Приложение № 38*).

Рабочая программа по адаптивной физической культуре для 5-9 класс составлена в соответствии с основными положениями ФГОС УО (ИН).

Программа по адаптивной физической культуре для обучающихся II этапа обучения (5-9 класс) обеспечивает преемственность обучения и разработана с учётом требований Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденной приказом министерства просвещения Российской Федерации 24.11.2022г №1026, учебного плана ГБОУ СО «Красноуфимская школа» и адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) ГБОУ СО «Красноуфимская школа»:

- программы учебных предметов, курсов коррекционно-развивающей области, элективных курсов, спецкурсов, практикумов, факультативов;
- программы духовно-нравственного развития, воспитания обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- программа формирования базовых учебных действий;
- требований к планируемым результатам освоения адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Программа реализует следующие основные функции:

- информационно-методическую;
- организационно-планирующую;
- контролирующую.

Информационно-методическая функция позволяет всем участникам учебно-воспитательного процесса получить представление о целях, содержании, общей стратегии образования, воспитания и развития школьников средствами учебного предмета.

Организационно-планирующая функция предусматривает определение количественных и качественных характеристик учебного материала и уровня подготовки обучающихся на конец обучения.

Контролирующая функция заключается в том, что программа, задавая требования к содержанию предмета, коммуникативным умениям, к уровню обученности школьников может служить основой для сравнения полученных в ходе контроля результатов.

Цель рабочей программы – создание условий для планирования, организации и управления образовательным процессом по учебному предмету.

Основные задачи рабочей программы:

- определить порядок изучения предмета, с учетом целей и задач, поставленных в основной образовательной программе образовательного учреждения;
- конкретизировать содержание, объем и планируемые образовательные результаты по предмету;
- представить практическую реализацию основной общеобразовательной программы при изучении конкретного предмета.

Нормативно - правовая база

Нормативно-правовыми основаниями разработки программы учебного предмета «Адаптивная физическая культура» для обучающихся с 5-9 класса являются документы:

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г. №273-ФЗ (в соответствии с действующим законодательством).
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам-образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» от 22 марта 2021г. №115.
- Приказ Министерства образования и науки РФ «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)» от 19 декабря 2014г №1599.
- Приказ Министерства образования и науки РФ «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» от 19 декабря 2014г №1598.
- Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утверждена приказом министерства просвещения Российской Федерации 24.11.2022г №1026.
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и

обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"" (Зарегистрировано в Минюсте России 18.12.2020 N 61573)

- Закон Свердловской области «Об образовании в Свердловской области» от 15.07.2013г. № 78 – 03 (в соответствии с действующим законодательством).

- Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России.

- Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (1 вариант), Утверждена приказом ГКОУ СО «Красноуфимская школа» 75-од от 22 мая 2017г.

- Устав государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Свердловской области «Красноуфимская школа, реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы» (Приказ Министерства образования и молодёжной политики № 20-од от 10.01.2020г.) и другие локальные акты образовательного учреждения.

Данная программа является адаптированной для образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), составлена с учетом их психофизического развития, индивидуальных возможностей, тем самым обеспечивает коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию.

В основу разработки программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) заложены дифференцированный и деятельностный подходы.

Дифференцированный подход к построению адаптированной рабочей программы для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) предполагает учет их особых образовательных потребностей, которые проявляются в неоднородности возможностей освоения содержания образования. Это обуславливает необходимость создания разных вариантов заданий. Применение дифференцированного подхода к созданию образовательных программ обеспечивает разнообразие содержания, предоставляя обучающимся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) возможность реализовать индивидуальный потенциал развития.

При обучении используются следующие принципы:

- принцип коррекционно-развивающего обучения;
- принцип доступности;
- принцип систематичности;
- принцип последовательности;

- принцип наглядности;
- принцип дифференцированного подхода;
- принцип индивидуального подхода.

В обучении ведущим является принцип коррекционной направленности, поэтому особое внимание обращено на коррекцию всей личности в целом и имеющихся у отдельных обучающихся специфических нарушений.

Принцип распределения часов в рабочей программе

Рабочая программа учебного предмета «Адаптивная физическая культура» для 5-9-ых классов составлена в соответствии с основными положениями ФГОС УО (ИН) на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) является **базовой**.

Основное содержание обучения в Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программе образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) отражено в четырех разделах: «Гимнастика», «Легкая атлетика», «Лыжная и конькобежная подготовка», «Подвижные игры», «Спортивные игры». Каждый из перечисленных разделов включает некоторые теоретические сведения и материал для практической подготовки обучающихся.

5 класс

№ п/п	Раздел	Количество часов по авторской программе	Количество часов по планированию	Внесённые изменения
1	Гимнастика	Не определено	13	Изменений нет
2	Лёгкая атлетика	Не определено	16	Изменений нет
3	Лыжная подготовка	Не определено	10	Раздел «Лыжная и конькобежная подготовка» замен разделом «Лыжная подготовка». Обоснование-отсутствуют условия для проведения уроков по конькобежной подготовке.

4	Подвижные игры	Не определено	12	Изменений нет
5	Спортивные игры	Не определено	17	Изменений нет
Итого			68	

6 класс

№ п/п	Раздел	Количество часов по авторской программе	Количество часов по планированию	Внесённые изменения
1	Гимнастика	Не определено	13	Изменений нет
2	Лёгкая атлетика	Не определено	16	Изменений нет
3	Лыжная подготовка	Не определено	10	Раздел «Лыжная и конькобежная подготовка» замен разделом «Лыжная подготовка». Обоснование-отсутствуют условия для проведения уроков по конькобежной подготовке.
4	Подвижные игры	Не определено	12	Изменений нет
5	Спортивные игры	Не определено	17	Изменений нет
Итого			68	

7 класс

№ п/п	Раздел	Количество часов по авторской программе	Количество часов по планированию	Внесённые изменения
1	Гимнастика	Не определено	13	Изменений нет
2	Лёгкая атлетика	Не определено	16	Изменений нет
3	Лыжная подготовка	Не определено	10	Раздел «Лыжная и конькобежная подготовка» замен разделом «Лыжная подготовка». Обоснование-отсутствуют условия для

				проведения уроков по конькобежной подготовке.
4	Подвижные игры	Не определено	12	Изменений нет
5	Спортивные игры	Не определено	17	Изменений нет
Итого			68	

8 класс

№ п/п	Раздел	Количество часов по авторской программе	Количество часов по планированию	Внесённые изменения
1	Гимнастика	Не определено	13	Изменений нет
2	Лёгкая атлетика	Не определено	16	Изменений нет
3	Лыжная подготовка	Не определено	10	Раздел «Лыжная и конькобежная подготовка» замен разделом «Лыжная подготовка». Обоснование-отсутствуют условия для проведения уроков по конькобежной подготовке.
4	Подвижные игры	Не определено	12	Изменений нет
5	Спортивные игры	Не определено	17	Изменений нет
Итого			68	

9 класс

№ п/п	Раздел	Количество часов по авторской программе	Количество часов по планированию	Внесённые изменения
1	Гимнастика	Не определено	13	Изменений нет
2	Лёгкая атлетика	Не определено	16	Изменений нет
3	Лыжная подготовка	Не определено	10	Раздел «Лыжная и конькобежная подготовка» замен разделом «Лыжная подготовка». Обоснование-

				отсутствуют условия для проведения уроков по конькобежной подготовке.
4	Подвижные игры	Не определено	12	Изменений нет
5	Спортивные игры	Не определено	17	Изменений нет
Итого			68	

Общая характеристика обучающихся с умственной отсталостью и специфика овладения материалом

Умственная отсталость — это стойкое, выраженное недоразвитие познавательной деятельности вследствие диффузного (разлитого) органического поражения центральной нервной системы

Умственно-отсталые обучающиеся – одна из наиболее многочисленных категорий школьников, отклоняющихся в своём развитии от нормы.

Физическая культура для обучающихся с умственной отсталостью — это одно из средств не только устранения недостатков в двигательной сфере, но и полноценного физического развития, укрепления здоровья, адаптация в социуме. Степень адаптации находится в прямой зависимости от клинико-психопатологического состояния обучающихся, поэтому для продуктивной педагогической деятельности необходимо знать характерные проявления основного дефекта, особенности физического, психического, личностного развития данной категории обучающихся. Установлено, что основным нарушением двигательной сферы умственно отсталых обучающихся является расстройство координации движений. Страдает согласованность, точность и темп движений. Они замедленны, неуклюжи, что препятствует формированию механизма бега, прыжков, метаний. И простые, и сложные движения вызывают у обучающихся затруднения: в одном случае нужно точно воспроизвести какое-либо движение или позу, в другом — зрительно отмерить расстояние и попасть в нужную цель, в третьем — соразмерить и выполнить прыжок, в четвертом — точно воспроизвести заданный ритм движения. Любое из них требует согласованного, последовательного и одновременного сочетания движений звеньев тела в пространстве и времени, определенного усилия, траектории, амплитуды, ритма и других характеристик движения. У данной категории обучающихся выявляются нарушения в развитии двигательных способностей: 1) нарушение координационных способностей — точности движений

в пространстве; координации движений; ритма движений; дифференцировки мышечных усилий; пространственной ориентировки; равновесия. Такие специфические особенности моторики обусловлены прежде всего недостатками высших уровней регуляции, и вызывает затруднения при выполнении или изменении движений по словесной инструкции. Из-за общей функциональной слабости, гипотонического состояния мышц и связочного аппарата, низкого уровня развития физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации), а сенситивные периоды наступают позднее на 2–3 года в сравнении с «обучающими нормой». Большинство лиц с ограниченными возможностями имеют самые разнообразные нарушения осанки. Часто нарушение осанки сочетается с плоскостопием, деформации стопы, косолапостью, что отрицательно сказывается на положении таза и позвоночника.

Характерной особенностью обучающихся с недостатками интеллекта является наличие у них разнообразных нарушений, которые необходимо учитывать в построении занятий по физическому воспитанию, психического и физического развития, обусловленных органическим поражением центральной нервной системы различной этиологии, возникающих на разных возрастных этапах индивидуального развития, разнообразными нарушениями со стороны сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Психологические особенности умственно отсталых школьников проявляются и в нарушении **эмоциональной** сферы. При легкой умственной отсталости эмоции в целом сохранены, однако они отличаются отсутствием оттенков переживаний, неустойчивостью и поверхностностью. Отсутствуют или очень слабо выражены переживания, определяющие интерес и побуждение к познавательной деятельности, а также с большими затруднениями осуществляется воспитание высших психических чувств: нравственных и эстетических.

Волевая сфера обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) характеризуется слабостью собственных намерений и побуждений, большой внушаемостью. Такие школьники предпочитают выбирать путь, не требующий волевых усилий, а вследствие не посильности предъявляемых требований у некоторых из них развиваются такие отрицательные черты личности, как негативизм и упрямство.

Своеобразие протекания психических процессов и особенности волевой сферы школьников с умственной отсталостью оказывают отрицательное влияние на характер их **деятельности**, особенно произвольной, что выражается в недоразвитии мотивационной сферы, слабости побуждений, недостаточности инициативы. Эти недостатки особенно ярко проявляются в

учебной деятельности, поскольку обучающиеся приступают к ее выполнению без необходимой предшествующей ориентировки в задании и, не сопоставляя ход ее выполнения, с конечной целью. В процессе выполнения учебного задания они часто уходят от правильно начатого выполнения действия, «соскальзывают» на действия, произведенные ранее, причем переносят их в прежнем виде, не учитывая изменения условий.

Общие образовательные потребности:

- непрерывность коррекционно-развивающего процесса,

Специфические образовательные потребности:

- наглядно-действенный характер содержания образования;
- упрощение системы учебно-познавательных задач, решаемых в процессе образования;
- специальное обучение «переносу» сформированных знаний умений в новые ситуации взаимодействия с действительностью;
- необходимость постоянной актуализации знаний, умений и одобряемых обществом норм поведения;
- обеспечение особой пространственной и временной организации образовательной среды с учетом функционального состояния центральной нервной системы и нейродинамики психических процессов, обучающихся с умственной отсталостью;
- использование преимущественно позитивных средств стимуляции деятельности и поведения;
- стимуляция познавательной активности, формирование потребности в познании окружающего мира и во взаимодействии с ним.

Место и роль предмета среди других предметов учебного плана.

Программа по физической культуре для обучающихся V-IX классов является логическим продолжением соответствующей учебной программы дополнительного первого (I) и I-IV классов.

Основная **цель** изучения физической культуры заключается во всестороннем развитии личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в процессе приобщения их к физической культуре, повышении уровня их психофизического развития, расширении индивидуальных двигательных возможностей, комплексной коррекции нарушений развития, социальной адаптации.

Задачи, реализуемые в ходе уроков физической культуры:

- воспитание интереса к физической культуре и спорту;

- овладение основами доступных видов спорта (легкой атлетикой, гимнастикой, лыжной подготовкой) в соответствии с возрастными и психофизическими особенностями обучающихся;
- коррекция недостатков познавательной сферы и психомоторного развития;
- развитие и совершенствование волевой сферы;
- формирование социально приемлемых форм поведения, предупреждение проявлений деструктивного поведения (крик, агрессия, самоагрессия, стереотипии) в процессе уроков и во внеучебной деятельности;
- воспитание нравственных качеств и свойств личности; содействие военно- патриотической подготовке.

Информация о количестве часов, на которое рассчитана учебная программа.

Учебный предмет «Адаптивная физическая культура» изучается в рамках предметной области «Физкультура» обязательной части учебного плана.

На изучение предмета «Адаптивная физическая культура» по учебному плану 5-9 класса отводится по 2 часа в неделю, 34 учебных недели.

5 класс – 2 часа в неделю, 34 учебных недели, 68 часов в год.

6 класс – 2 часа в неделю, 34 учебных недели, 68 часов в год.

7 класс – 2 часа в неделю, 34 учебных недели, 68 часов в год.

8 класс – 2 часа в неделю, 34 учебных недели, 68 часов в год.

9 класс – 2 часа в неделю, 34 учебных недели, 68 часов в год.

Итого на весь курс обучения 5-9 классе отводится 340 часов.

5 класс

№ п/п	Раздел	Количество		Виды и формы контроля
		Всего часов по разделу	Контрольные практические работы и т.д.	
1.	Гимнастика	13	1	Стартовый контроль «Уровень физической подготовленности в начале года» Промежуточный контроль «Сдача контрольных нормативов»
2.	Лёгкая атлетика	16	1	
3.	Лыжная подготовка	10		
4.	Подвижные игры	12		
5	Спортивные игры	17		
Итого		68	2	

6 класс

№ п/п	Раздел	Количество		Виды и формы контроля
		Всего часов по разделу	Контрольные практические работы и т.д.	

1.	Гимнастика	13	1	Стартовый контроль «Уровень физической подготовленности в начале года» Промежуточный контроль «Сдача контрольных нормативов»
2.	Лёгкая атлетика	16	1	
3.	Лыжная подготовка	10		
4.	Подвижные игры	12		
5.	Спортивные игры	17		
Итого		68	2	

7 класс

№ п/п	Раздел	Количество		Виды и формы контроля
		Всего часов по разделу	Контрольные практические работы и т.д.	
1.	Гимнастика	13	1	Стартовый контроль «Уровень физической подготовленности в начале года» Промежуточный контроль «Сдача контрольных нормативов»
2.	Лёгкая атлетика	16	1	
3.	Лыжная подготовка	10		
4.	Подвижные игры	12		
5.	Спортивные игры	17		
Итого		68	2	

8 класс

№ п/п	Раздел	Количество		Виды и формы контроля
		Всего часов по разделу	Контрольные практические работы и т.д.	
1.	Гимнастика	13	1	Стартовый контроль «Уровень физической подготовленности в начале года» Промежуточный контроль «Сдача нормативов по лёгкой атлетике»
2.	Лёгкая атлетика	16	1	
3.	Лыжная подготовка	10		
4.	Подвижные игры	12		
5.	Спортивные игры	17		
Итого		68	2	

9 класс

№ п/п	Раздел	Количество		Виды и формы контроля
		Всего часов по разделу	Контрольные практические работы и т.д.	
1.	Гимнастика	13	1	Стартовый контроль «Уровень физической подготовленности в начале года» Промежуточный контроль «Сдача нормативов по лёгкой атлетике»
2.	Лёгкая атлетика	16	1	
3.	Лыжная подготовка	10		
4.	Подвижные игры	12		
5.	Спортивные игры	17		
Итого		68	2	

Формы организации образовательного процесса

Формы организации образовательного процесса:

- очная;
- дистанционная (удаленная);
- очно-дистанционная (удаленная).

Основной формой организации процесса обучения при очной форме обучения по физической культуре является урок. На каждом уроке обучающимся сообщаются теоретические, практические сведения, проводятся индивидуальные и индивидуально-групповые задания, самостоятельные занятия по заданию и под контролем учителя.

Ведущей формой работы учителя с обучающимися на уроке является фронтальная работа при осуществлении дифференцированного и индивидуального подхода.

Методы и приёмы:

- Практические (выполнение двигательных действий).
- Наглядные (показ учителем и обучающимся упражнений).
- Словесные (инструкции, анализ выполнения упражнений).

Педагогические технологии, средства обучения, используемые в работе для достижения требуемых результатов обучения:

- традиционное обучение;
- активное сотрудничество;
- здоровьесберегающие технологии;
- компьютерные технологии;
- личностно-ориентированные;
- игровые технологии.

Текущий контроль знаний, обучающихся осуществляется на основе анализа их продуктивной деятельности на каждом уроке.

Формы текущего контроля:

- сдача контрольных нормативов;
- выполнение упражнений (правильность выполнения);
- соблюдение техники безопасности;
- участие в спортивных соревнованиях различного уровня;
- выполнение презентаций, рефератов, викторин, кроссвордов.

Промежуточная аттестация обязательна для всех обучающихся образовательного учреждения.

Промежуточная аттестация обучающихся проводится *один раз в год* в сроки, установленные календарным учебным графиком соответствующей образовательной программы.

Промежуточная аттестация обучающихся осуществляется *педагогическим работником*, реализующим соответствующую часть образовательной программы.

Форма промежуточной аттестации - сдача контрольных нормативов:

- Бег 60м;
- прыжок в длину с места;
- бросок набивного мяча;
- наклон вперёд из положения стоя с прямыми ногами на полу;
- смешанное передвижение на 1000м.

Программой определены приблизительно нормы физической подготовленности среднего обучающегося.

№ п/п	Виды испытаний (тесты)	Уровень, нормативы					
		Мальчики			Девочки		
		Низкий «3»	Средний «4»	Высокий «5»	Низкий «3»	Средний «4»	Высокий «5»
1	Бег 60м	-	-	-	-	-	-
2	Бросок набивного мяча (вес 1 кг)	2,3 и ниже	2,3 -3,0	3,3 и выше	1,8 и ниже	1,9 – 2,1	2,5 и выше
3	Прыжок в длину с места	75 и ниже; 90 и ниже	90- 110/ 105-125	120 и выше/ 135 и выше	60 и ниже/ 75 и ниже	75-95/ 90-110	105 и выше; 130 и выше
4	Наклон вперёд из п. стоя с прямыми ногами	Касание пола пальцами рук		Достать пол ладонями	Касание пола пальцами рук		Достать пол ладонями
5	Смешанное передвижение 1000м.	Без учёта времени					

В качестве результатов промежуточной аттестации по учебному предмету физическая культура по решению педагогического совета, могут быть зачтены:

- Внеучебные образовательные достижения. Зачет производится в форме учета личностных достижений или портфолио.
- Текущие достижения. Зачет производится в форме учета высоких оценок планируемых результатов по итогам тематического контроля.

Критерии и нормы оценки знаний, умений, навыков обучающихся

Основная группа

«5» ставится если обучающийся без ошибок, самостоятельно выполняет упражнения, показывает осознанное усвоение программного материала.

«4» обучающийся в основном показывает усвоение изучаемого материала, умеет применять полученные знания и умения при незначительной помощи учителя.

«3» обучающийся обнаруживает недостаточное понимание изучаемому материала, затрудняется выполнять двигательные действия, физические упражнения выполняет с полной помощью учителя.

«2» на уроках физкультуры не ставится.

Подготовительная группа

«5» ставится если обучающийся без ошибок, самостоятельно выполняет упражнения, показывает осознанное усвоение программного материала.

«4» обучающийся в основном показывает усвоение изучаемого материала, умеет применять полученные знания и умения при незначительной помощи учителя.

«3» обучающийся обнаруживает недостаточное понимание изучаемому материала, затрудняется выполнять двигательные действия, физические упражнения выполняет с полной помощью учителя.

«2» на уроках физкультуры не ставится.

Специальная группа

Обучающиеся оцениваются исходя из индивидуальных особенностей

Учебно-методический комплект, используемый для достижения поставленной цели

В Федеральном перечне учебников, рекомендуемом Министерством образования и науки к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, нет учебно-методического комплекта к предмету «Физическая культура».

Учебно-методический комплект педагог выбирает самостоятельно с учетом авторской программы, тематического планирования, специфики предмета, имеющегося материально-технического обеспечения.

II. Содержание учебного предмета 5-9 класс

Общие теоретические сведения.

Личная гигиена, солнечные и воздушные ванны. Значение физических упражнений в жизни человека.

Подвижные игры. Роль физкультуры в подготовке к труду. Значение физической культуры в жизни человека. Самостраховка и самоконтроль при выполнении физических упражнений. Помощь при травмах. Способы самостоятельного измерения частоты сердечных сокращений.

Физическая культура и спорт в России. Специальные олимпийские игры. Здоровый образ жизни и занятия спортом после окончания образовательной организации.

Гимнастика.

Теоретические сведения. Элементарные сведения о передвижениях по ориентирам. Правила поведения на занятиях по гимнастике. Значение утренней гимнастики.

Практический материал: построения и перестроения.

Упражнения без предметов (корректирующие и общеразвивающие упражнения): упражнения на дыхание, для развития мышц кистей рук и пальцев; мышц шеи, расслабления мышц, укрепления голеностопных суставов и стоп, укрепления мышц туловища, рук и ног, для формирования и укрепления правильной осанки.

Упражнения с предметами: с гимнастическими палками; большими обручами; малыми мячами, большим мячом, набивными мячами; со скакалками; гантелями и штангой; лазанье и перелезание, упражнения на равновесие; опорный прыжок; упражнения для развития пространственно-временной дифференцировки и точности движений; упражнения на преодоление сопротивления; переноска грузов и передача предметов.

Легкая атлетика.

Теоретические сведения. Подготовка суставов и мышечно-сухожильного аппарата к предстоящей деятельности. Техника безопасности при прыжках в длину. Фазы прыжка в высоту с разбега. Подготовка суставов и мышечно-сухожильного аппарата к предстоящей деятельности. Техника безопасности при выполнении прыжков в высоту.

Правила судейства по бегу, прыжкам, метанию; правила передачи эстафетной палочки в легкоатлетических эстафетах.

Практический материал:

а) ходьба: ходьба в разном темпе, с изменением направления; ускорением и замедлением, преодолением препятствий;

б) бег: медленный бег с равномерной скоростью, бег с варьированием скорости, скоростной бег; эстафетный бег, бег с преодолением препятствий, бег на короткие, средние и длинные дистанции, кроссовый бег по слабопересеченной местности;

в) прыжки: отработка выпрыгивания и спрыгивания с препятствий; прыжки в длину (способами «оттолкнув ноги», «перешагивание»); прыжки в высоту способом «перекат»;

г) метание: метание малого мяча на дальность, метание мяча в вертикальную цель, метание в движущую цель.

Лыжная подготовка.

Теоретические сведения. Сведения о применении лыж в быту. Занятия на лыжах как средство закаливания организма.

Прокладка учебной лыжни, санитарно-гигиенические требования к занятиям на лыжах. Виды лыжного спорта, сведения о технике лыжных ходов.

Практический материал.

Стойка лыжника. Виды лыжных ходов (попеременный двухшажный; одновременный бесшажный; одновременный одношажный). Совершенствование разных видов подъемов и спусков. Повороты.

Подвижные игры.Коррекционные игры.

Игры с элементами общеразвивающих упражнений (игры с: бегом, прыжками; лазанием, метанием и ловлей мяча, построениями и перестроениями, бросанием, ловлей, метанием).

Спортивные игры.Баскетбол.

Теоретические сведения. Правила игры в баскетбол, правила поведения обучающихся при выполнении упражнений с мячом.

Влияние занятий баскетболом на организм обучающихся.

Практический материал.

Стойка баскетболиста. Передвижение в стойке вправо, влево, вперед, назад. Остановка по свистку. Передача мяча от груди с места и в движении шагом. Ловля мяча двумя руками на месте на уровне груди. Ведение мяча на месте и в движении. Бросок мяча двумя руками в кольцо снизу и от груди с места. Прямая подача.

Подвижные игры на основе баскетбола. Эстафеты с ведением мяча.

Волейбол.

Теоретические сведения. Общие сведения об игре в волейбол, простейшие правила игры, расстановка и перемещение игроков на площадке. Права и обязанности игроков, предупреждение травматизма при игре в волейбол.

Практический материал.

Прием и передача мяча снизу и сверху. Отбивание мяча снизу двумя руками через сетку на месте и в движении. Верхняя прямая передача в прыжке. Верхняя прямая подача. Прыжки вверх с места и шага, прыжки у сетки. Многоскоки. Верхняя прямая передача мяча после перемещения вперед, вправо, влево.

Учебные игры на основе волейбола. Игры (эстафеты) с мячами.

III. Планируемые результаты освоения учебного предмета «Физическая культура» II этапа обучения (5-9 класс)

ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) выдвигает требования к формированию личностных результатов необходимых для введения обучающихся с умственной отсталостью в культуру и овладение ими социокультурным опытом, базовых учебных действий, которые обеспечивают его подготовку к самостоятельной жизни в обществе и предметных результатов связанных с овладением

обучающимися содержанием предметов программы и характеризуют их достижения в усвоении знаний и умений, возможности их применения в практической деятельности и жизни.

Требования к личностным результатам и результатам освоения БУД

Личностные результаты	Базовые учебные действия
<ul style="list-style-type: none"> • Овладел навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия. • Имеет адекватные представления о собственных возможностях. • Принял и освоил социальную роль обучающегося, приобрёл мотивацию к учебной деятельности, имеет социально значимые мотивы учебной деятельности. • Имеет сформированные навыки личной гигиены. • Понимает необходимость укрепления и сохранения физического здоровья. • Имеет установку на безопасный, здоровый образ жизни. • Имеет мотивацию к работе на результат. • Имеет навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях. • Проявляет эмоционально-нравственную отзывчивость, способность к эмпатии. 	<p>Личностные учебные действия</p> <ul style="list-style-type: none"> • Осознает себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга. • Понимает личную ответственность за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в современном обществе. <p>Коммуникативные учебные действия</p> <ul style="list-style-type: none"> • Вступает в контакт и работает в коллективе (учитель - ученик, ученик – ученик, ученик – класс, учитель-класс); • Использует принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем; • Обращается за помощью и принимает помощь; • Слушает и понимает инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту; • Сотрудничает со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; • Доброжелательно относится, сопереживает, конструктивно взаимодействует с людьми; • Договаривается и изменяет свое поведение с учетом поведения других участников спорной ситуации. <p>Регулятивные учебные действия</p> <ul style="list-style-type: none"> • Входить и выходить из учебного помещения со звонком; • Ориентируется в пространстве класса (зала, учебного помещения);

	<ul style="list-style-type: none"> • Адекватно использует ритуалы школьного поведения (поднимать руку, выходить из зала и т. д.); • Работает с учебными принадлежностями (инструментами, спортивным инвентарем) и организывает рабочее место; • Принимает цели и произвольно включается в деятельность, следует предложенному плану и работает в общем темпе; • Активно участвует в деятельности, контролирует и оценивает свои действия и действия одноклассников; • Соотносит свои действия и их результаты с заданными образцами; • Принимает оценку деятельности, оценивает ее с учетом предложенных критериев, корректирует свою деятельность с учетом выявленных недочетов. <p>Познавательные учебные действия</p> <ul style="list-style-type: none"> • Делает простейшие обобщения, сравнивает, классифицирует на наглядном материале; • наблюдает; • работает с информацией (понимает изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу, предъявленные на бумажных и электронных и других носителях).
--	--

Предметные результаты связаны с овладением обучающимися содержанием предметов программы и характеризуют их достижения в усвоении знаний и умений, возможности их применения в практической деятельности и жизни. Программа определяет два уровня овладения предметными результатами: минимальный и достаточный

Требования к предметным результатам

Предметные результаты	
Минимальный уровень	Достаточный уровень

<p>знания о физической культуре как системе разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья;</p> <p>демонстрация правильной осанки, видов стилизованной ходьбы под музыку, комплексов корригирующих упражнений на контроль ощущений (в постановке головы, плеч, позвоночного столба), осанки в движении, положений тела и его частей (в положении стоя), комплексов упражнений для укрепления мышечного корсета;</p> <p>понимание влияния физических упражнений на физическое развитие и развитие физических качеств человека;</p> <p>планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня (под руководством педагогического работника);</p> <p>выбор (под руководством педагогического работника) спортивной одежды и обуви в зависимости от погодных условий и времени года;</p> <p>знания об основных физических качествах человека: сила, быстрота, выносливость, гибкость, координация;</p> <p>демонстрация жизненно важных способов передвижения человека (ходьба, бег, прыжки, лазанье, ходьба на лыжах, плавание);</p> <p>определение индивидуальных показателей физического развития (длина и масса тела) (под руководством педагогического работника);</p> <p>выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и учебной деятельности;</p> <p>выполнение акробатических и гимнастических комбинаций из числа усвоенных (под руководством педагогического работника);</p> <p>участие со сверстниками в подвижных и спортивных играх; взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;</p> <p>представления об особенностях физической культуры разных народов, связи</p>	<p>представление о состоянии и организации физической культуры и спорта в России, в том числе об Олимпийском, Паралимпийском движениях, Специальных олимпийских играх;</p> <p>выполнение общеразвивающих и корригирующих упражнений без предметов: упражнения на осанку, на контроль осанки в движении, положений тела и его частей стоя, сидя, лёжа, комплексы упражнений для укрепления мышечного корсета; выполнение строевых действий в шеренге и колонне;</p> <p>знание видов лыжного спорта, демонстрация техники лыжных ходов; знание температурных норм для занятий;</p> <p>планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха и досуга с использованием средств физической культуры;</p> <p>знание и измерение индивидуальных показателей физического развития (длина и масса тела),</p> <p>подача строевых команд, ведение подсчёта при выполнении общеразвивающих упражнений (под руководством педагогического работника);</p> <p>выполнение акробатических и гимнастических комбинаций на доступном техническом уровне;</p> <p>участие в подвижных играх со сверстниками, осуществление их объективного судейства, взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;</p> <p>знание особенностей физической культуры разных народов, связи физической культуры с природными, географическими особенностями, традициями и обычаями народа;</p> <p>доброжелательное и уважительное объяснение ошибок при выполнении</p>
---	--

<p>физической культуры с природными, географическими особенностями, традициями и обычаями народа;</p> <p>оказание посильной помощи сверстникам при выполнении учебных заданий;</p> <p>применение спортивного инвентаря, тренажерных устройств на уроке физической культуры.</p>	<p>заданий и предложение способов их устранения;</p> <p>объяснение правил, техники выполнения двигательных действий, анализ и нахождение ошибок (с помощью педагогического работника), ведение подсчета при выполнении общеразвивающих упражнений;</p> <p>использование разметки спортивной площадки при выполнении физических упражнений;</p> <p>пользование спортивным инвентарем и тренажерным оборудованием; правильная ориентировка в пространстве спортивного зала и на стадионе; правильное размещение спортивных снарядов при организации и проведении подвижных и спортивных игр.</p>
---	--

IV. Перечень методической литературы, образовательных ресурсов, онлайн платформ и материально технического обеспечения

Учебно-методическое обеспечение

1. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида: 5 - 9 кл. В 2 сб. / Под ред. В.В. Воронковой. – М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2018. – Сб. 2. – 224 с.

Образовательные ресурсы и онлайн платформы

Интернет-ресурсы:

<http://www.uchportal.ru>

<http://festival.1september.ru>

<http://www.proshkolu.ru>

Федеральный портал "Российское образование" <http://www.edu.ru>

Российский общеобразовательный портал

<http://www.school.edu.ru>

<https://resh.edu.ru/>

Российский портал открытого образования

<http://www.openet.edu.ru>

Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов

<http://fcior.edu.ru>

Учительский портал <http://www.uchportal.ru>

Фестиваль педагогических идей "Открытый урок» <http://festival.1september>

Электронная библиотека учебников и методических материалов
<http://window.edu.ru>

Портал «Мой университет»/ Факультет коррекционной педагогики
<http://moi-sat.ru>

Сеть творческих учителей <http://www.it-n.ru/>
http://екбинтернат12.рф/distantcionnoe_obuchenie/interaktivnye_uroki/

Материально техническое обеспечение образовательной деятельности

Гимнастические скамейки	Коврик массажный с камнями
Детский спортивный комплекс	Коврик резиновый
Баскетбольная стойка	Массажный мяч
Тренажер «Беговая дорожка»	Мяч баскетбольный
Велотренажер	Мяч волейбольный
Мат гимнастический	Мяч футбольный
Стол теннисный	Мяч гимнастический
Лыжи «Fisher LS»	Набор для игры бочче
Лыжи	Теннисные ракетки
Лыжные палки	Обручи
Ботинки лыжные	Скакалка
Куртки утепленные	Сетка волейбольная
Комбинезон утепленный	Эспандер
Гантели	Диск здоровья
Дартс	Массажер для стоп
Игра баскетбольная	Корзина
Клюшки хоккейные	Вибромассажер
Коврик гимнастический	

V. Приложение

Развернутое календарно – тематическое планирование

5 класс

Планируемые результаты

Личностные

- проявляет уважительное отношение к чужому мнению;
- овладел социально бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;
- овладел навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- имеет адекватные представления о собственных возможностях;
- принял и освоил социальную роль обучающегося, приобрёл мотивацию к учебной деятельности, имеет социально значимые мотивы учебной деятельности;
- имеет сформированные навыки личной гигиены;
- имеет мотивацию к работе на результат;
- имеет навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;

Предметные

ФАООП определяет два уровня овладения предметными результатами: минимальный и достаточный

Минимальный уровень	Достаточный уровень
<p>Предполагает сокращение объема сведений по сравнению с достаточным уровнем. Все задания выполняются со всеми видами помощи учителя, применять систему «наставничество» (прикреплять к слабому ученику более сильного ученика)</p> <p><i>Гимнастика</i></p>	<p><i>Гимнастика</i></p> <p>Знать: правила поведения при выполнении строевых команд, гигиены после занятий физическими упражнениями; приемы выполнения команд: «Налево!», «Направо!»</p> <p>Уметь: выполнять команды «Направо!», «Налево!», «Кругом!», соблюдать интервал; выполнять исходные положения без контроля</p>

Знать: правила поведения при выполнении строевых команд, гигиены после занятий физическими упражнениями; приемы выполнения команд: «Налево!», «Направо!»

Уметь: выполнять команды «Направо!», «Налево!», «Кругом!», соблюдать интервал; выполнять исходные положения с контролем зрения; реагировать на сигнал учителя; выполнять опорный прыжок через козла ноги врозь; сохранять равновесие на наклонной плоскости; преодолевать препятствия (с помощью учителя); переноска груза (по показу учителя)

Легкая атлетика

Знать: фазы прыжка в длину с разбега.

Уметь: выполнять (по показу) разновидности ходьбы; пробегать в медленном темпе 4 мин, бегать на время 60 м; выполнять прыжок в длину с разбега, прыгать в высоту

Лыжная подготовка

Знать: как бежать по прямой и по повороту; правила ухода за ботинками; как избежать травматизма при катании.

Уметь: координировать движения рук и ног при беге по повороту; свободное катание до 200—300 м; бежать в быстром темпе до 100 м.

Уметь: выполнять правильное падение, торможение.

Подвижные игры

Знать: считалки, правила изученных подвижных игр (с помощью учителя)

Уметь: выполнять разные роли в игре (ведущий, игрок)

Спортивные игры

зрения; правильно и быстро реагировать на сигнал учителя; выполнять опорный прыжок через козла ноги врозь; сохранять равновесие на наклонной плоскости; выбирать рациональный способ преодоления препятствия; лазать по канату произвольным способом; выбирать наиболее удачный способ переноски груза.

Легкая атлетика

Знать: фазы прыжка в длину с разбега.

Уметь: выполнять разновидности ходьбы; пробегать в медленном темпе 4 мин, бегать на время 60 м; выполнять прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги» из зоны отталкивания не более 1 м, прыгать в высоту способом «перешагивание» с шагов разбега.

Лыжная подготовка

Знать: как бежать по прямой и по повороту; правила ухода за ботинками; как избежать травматизма при катании.

Уметь: координировать движения рук и ног при беге по повороту; свободное катание до 200—300 м; бежать на коньках в быстром темпе до 100 м.

Уметь: выполнять правильное падение; тормозить «полуплугом», «плугом».

Подвижные игры

Знать: считалки, правила изученных подвижных игр. **Уметь:** выполнять разные роли в игре (ведущий, игрок)

Спортивные игры

Пионербол

<p><u>Пионербол</u> Знать: расстановку игроков на площадке, правила перехода играющих. Уметь: подавать боковую подачу разыгрывать мяч на два паса.</p> <p><u>Баскетбол</u> Знать: некоторые правила игры в баскетбол. Уметь: вести мяч; ловить и передавать мяч.</p>	<p>Знать: расстановку игроков на площадке, правила перехода играющих. Уметь: подавать боковую подачу, разыгрывать мяч на три паса.</p> <p><u>Баскетбол</u> Знать: правила игры в баскетбол, некоторые правила игры. Уметь: вести мяч с различными заданиями; ловить и передавать мяч.</p>
--	---

Базовые учебные действия

Личностные учебные действия	<ul style="list-style-type: none"> -Положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию; - понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений о этических нормах и правилах поведения в современном обществе; - гордиться школьными успехами и достижениями как собственными, так и своих товарищей.
Коммуникативные учебные действия:	<ul style="list-style-type: none"> -Вступать в контакт и работать в коллективе (учитель – ученик, ученик –ученик, ученик –класс, учитель-класс); -использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем; -слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту; -сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; -доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми; -договариваться и изменять свое поведение с учетом поведения других участников спорной ситуации.
Регулятивные учебные действия:	<ul style="list-style-type: none"> -Принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, осуществлять коллективный поиск средств их осуществления; -осознанно действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач;

	<p>-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;</p> <p>-самоконтроль в деятельности, адекватно реагировать на внешний контроль и оценку, корректировать в соответствии с ней свою деятельность.</p>
Познавательные учебные действия:	<p>-Использовать логические действия (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию, установление аналогий, закономерностей, причинно-следственных связей) на наглядном, доступном вербальном материале, основе практической деятельности в соответствии с индивидуальными возможностями;</p> <p>-применять начальные сведения о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и др.) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета и для решения познавательных и практических задач;</p> <p>- использовать в жизни и деятельности некоторые меж предметные знания, отражающие доступные существенные связи и отношения между объектами и процессами.</p>

№ Дата	Раздел, тема	Количество часов	Планируемые результаты			Коррекционная направленность урока	Учебно – методическое сопровождение
			Личностные	Предметные	Базовые учебные действия		
1 четверть(16 часов)							
1	Строевые упражнения. Обучение понятию «высокий старт».	1	Осознание необходимости укрепления и сохранения физического здоровья	Знать технику стойки «высокий старт» Делать стойку из положения «высокий старт»	Соблюдать ритуалы урока.	Коррекция пространственных представлений и ориентации на основе выполнения	Секундомер

						физических упражнений	
2	Бег с низкого старта на дистанцию 60м	1	Приобретение адекватных представлений о собственных возможностях	Знать технику стойки «низкий старт» Уметь бегать с положения «низкий старт»	Соблюдать правила поведения на уроке физкультуры в спортивном зале.	Коррекция зрительной памяти на основе выполнения физических упражнений	Секундомер, флажки
3	Стартовый контроль «Уровень физической подготовленности в начале года	1	Понимание значения физического развития для человека	Знать основные строевые команды и приемы. Технику бега из положения «высокий старт», «низкий старт»	Положительно относиться к окружающей действительности	Коррекция пространственных представлений и ориентации на основе выполнения физических упражнений	Секундомер
4	Прыжок в длину с места.	1	Приобретение положительных качеств личности: трудолюбия и упорство в достижении поставленных целей	Знать технику выполнения прыжка в длину с места	Сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях	Коррекция опорно-двигательного аппарата на основе выполнения физических упражнений	Линейка
5	Метание малого мяча на дальность.	1	Активное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют упорство в достижении поставленных целей	Знать технику метание малого мяча на дальность	Договариваться и изменять свое поведение с учетом поведения других участников спорной ситуации	Коррекция эмоционально-личностной сферы на основе выполнения физических упражнений	Мячи, рулетка

6	Эстафета «За мячом противника»	1	Принятие и освоение социальной роли обучающегося	Знать правила взаимодействия игроков в эстафете	Ориентироваться в пространстве	Коррекция мелкой моторики на основе выполнения физических упражнений	Мячи
7	Бег с изменением частоты шагов	1	Приобретение адекватных представлений о своих возможностях	Знать технику бега с изменением частоты шагов	Принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе	Коррекция опорно-двигательного аппарата на основе выполнения физических упражнений	Секундомер
8	Бег на выносливость. Контроль пульса.	1	Приобретение положительных качеств личности: упорство в достижении поставленных целей	Знать, что такое физические качества человека. Уметь контролировать пульс	Активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников	Коррекция эмоционально-личностной сферы на основе выполнения физических упражнений	Секундомер, мячи
9	Бег на 100 м с высокого старта.	1	Приобретение доброжелательного взаимодействия со сверстниками, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей	Уметь самостоятельно подбирать ритм и темп своего бега.	Соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами	Коррекция нарушения в движениях (закрепощенность, неточность, несогласованность рук и ног) на основе выполнения физических упражнений	Секундомер

10	Броски мяча через сетку двумя руками от плеча, сверху из-за головы, снизу.	1	Проявление эмоционально-нравственной отзывчивости	Выполнять броски и ловлю мяча; грамотно используя технику броска и ловли мяча во время игры	Сотрудничает со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях	Коррекция опорно-двигательного аппарата на основе выполнения физических упражнений	Секундомер
11	Перестроение в две шеренги, колонны. Подъем туловища из положения, лежа на спине	1	Приобретение начальных навыков адаптации в динамично развивающемся и меняющемся мире	Знать как вести себя в спортивном зале, соблюдая ТБ, выполнять подъем туловища из положения, лежа на спине	Понимать личную ответственность за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения	Коррекция опорно-двигательного аппарата на основе выполнения физических упражнений	Гимнастическая стенка, маты
12	Упражнения в паре. Подъем туловища за 1 мин.	1	Приобретение положительных качества личности, умения управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Уметь правильно выполнять подъем туловища за определенный отрезок времени	Проявлять самостоятельность в выполнении учебных заданий	Коррекция эмоционально-личностной сферы на основе выполнения физических упражнений	Линейка, гимнастические маты
13	Прыжки на одной и двух ногах разными способами. Прыжок в длину с разбега на мат.	1	Понимание необходимости укрепления и сохранения физического здоровья	Знать технику выполнения прыжка на одной и двух ногах разными способами. Уметь прыгать в длину с разбега .	Сравнивать различные точки зрения, считаться с мнением другого человека	Коррекция опорно-двигательного аппарата на основе выполнения физических упражнений	Линейка

14	Отжимание от пола.	1	Проявление положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Знать технику пролезания в обруч разными способами. Уметь отжиматься от пола	Стремление быть более успешным в учебной деятельности	Коррекция нарушения в движениях (закрепощенность, неточность, несогласованность рук и ног) на основе выполнения физических упражнений	Скамейка
15	Упражнения на гимнастических скамейках. Ползание по гимнастической скамейке.	1	Овладение этическими нормами поведения	Знать правила ТБ. Уметь ползать по гимнастической скамейке	Адекватная мотивация к учебной деятельности	Коррекция опорно-двигательного аппарата на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические скамейки
16	Парные упражнения. Техника прыжка в высоту способом «перешагивание».	1	Приобретение качеств личности, обеспечивающих социальную мобильность, способность принимать самостоятельные решения	Знать технику выполнения прыжка в высоту способом «перешагивания» Уметь прыгать на двух ногах (ноги вместе) и одной ногое сохраняя равновесие.	Адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	Коррекция нарушения в движениях (закрепощенность, неточность, несогласованность рук и ног) на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические скамейки
2 четверть (14 часов)							
17	Правила поведения на уроках гимнастики. Вис углом на	1	Приобретение установки на здоровый образ жизни, спокойное отношение к ошибке как	Знать ТБ на уроках гимнастики, выполнять упражнения на	Иметь устойчивый интерес к предмету	Коррекция опорно-двигательного аппарата на основе выполнения	Гимнастическая стенка, скамейка

	гимнастической стенке		«рабочей» ситуации, требующей коррекции; вера в себя	гимнастической стенке, выполнять «хваты» при выполнении «виса»		физических упражнений	
18	Элементы акробатики. Техника перекатов	1	Приобретение положительных качеств личности: последовательности и настойчивости при выполнении учебных заданий	Знать технику выполнения перекатов Выполнять акробатические элементы, перекаты в группировке	Уметь слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его	Коррекция эмоционально-личностной сферы на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические маты
19	Техника кувырка вперед.	1	Приобретение самостоятельности и личной ответственности за свои поступки действий	Знать технику выполнения кувырка вперед Выполнять акробатические упражнения (кувырок вперед), выполнять действия в круговой тренировке	Быть доброжелательным и эмоционально отзывчивым	Коррекция нарушения в движениях (закрепощенность, неточность, несогласованность рук и ног) на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические маты
20	Стойка на лопатках; кувырок вперед.	1	Принятие социальной роли «ученика»	Знать технику выполнения стойки на лопатках	Ответственно относится к выполнению домашнего задания.	Коррекция физического развития на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические маты
21	Упражнение «мост». Упражнения акробатики в разных сочетаниях.	1	Осознание личностного смысла учения и интерес к изучению	Знать, технику выполнения упражнения «мост».	Уметь доводить начатое дело до конца	Коррекция соматического здоровья на основе выполнения	Гимнастические маты

				Выполнять акробатические упражнения в разных сочетаниях		физических упражнений	
22	Ходьба по гимнастической скамейке разными способами.	1	Овладение этическими нормами поведения	Выполнять ходьбу по гимнастической скамейке разными способами	Оценивать жизненные ситуации с точки зрения общечеловеческих норм (плохо и хорошо).	Коррекция внимания на основе выполнения физических упражнений	Гимнастическая скамейка
23	Упражнение «цапля», «ласточка».	1	Приобретение положительных качеств личности: последовательности и настойчивости в работе	Выполнять упражнения «цапля», «ласточка» сохраняя равновесие	Уметь оказать помощь одноклассникам	Коррекция соматического здоровья на основе выполнения физических упражнений	Гимнастическая скамейка, маты
24	Правила безопасности в подвижных играх.	1	Приобретение опыта участия в совместной деятельности	Знать правила ТБ при проведении подвижных игр	Быть уверенным в своих силах и успехе	Коррекция соматического здоровья на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические маты
25	Правила страховки. Перекат назад в группировке и кувырок назад	1	Овладение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия	Знать правила страховки. Уметь страховать. Выполнять перекат назад в группировке и кувырке назад	Испытывать желание достичь успехов в учебной деятельности.	Коррекция внимания на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические маты, мячи

26	Ходьба на узкой рейке гимнастической скамейки	1	Понимание необходимости укрепления и сохранения физического здоровья	Знать технику ходьбы на узкой рейке гимнастической скамейки	Дисциплинированность и собранность вовремя выполнения задания	Коррекция физического развития на основе выполнения физических упражнений	Гимнастическая скамейка
27	Отрабатывать навык ходьбы по узкой рейке гимнастической скамейки; кувырка назад.	1	Приобретение адекватных представлений о собственных возможностях	Выполнять ходьбу по гимнастической рейке	Приобретение положительного отношения к процессу познания	Коррекция соматического здоровья на основе выполнения физических упражнений	Гимнастическая скамейка
28	Перемещение по гимнастической стенке. Кувырок вперед и назад.	1	Принятие и освоение социальной роли обучающегося	Выполнять перемещение по гимнастической стенке, кувырок вперед и назад.	Слушать и слышать учителя.	Коррекция физического развития на основе выполнения физических упражнений	Гимнастическая стенка
29	Кувырок в сторону.	1	Приобретение положительных качеств личности: трудолюбия и упорство в достижении поставленных целей	Знать технику выполнения кувырка в сторону. Выполнять кувырок в сторону.	Соблюдать правила поведения на уроке физкультуры в спортивном зале.	Коррекция внимания на основе на основе выполнения физических упражнений	Обручи, гимнастические скамейки
30	Выполнение акробатических упражнений.	1	Приобретение положительных качеств личности: упорство в достижении поставленных целей	Выполнять упражнения акробатики, соблюдая правила безопасности; самостоятельно контролируют качество выполнения упражнений	Сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях	Коррекция физического развития на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические маты, мячи

3 четверть (20часов)							
31	Правила безопасного поведения на уроках лыжной подготовки. Ходьба на лыжах.	1	Приобретение положительных качества личности, умения управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Знать ТБ на уроках лыжной подготовки. Основные техники ходьбы на лыжах.	Иметь устойчивый интерес к предмету	Коррекция памяти на основе упражнений в запоминании и воспроизведении	Лыжи
32	Повороты на месте переступанием вокруг носков и пяток лыж.	1	Понимают необходимость укрепления и сохранения физического здоровья	Знать правила поворотов переступанием на месте вокруг пяток лыж, выполнять повороты вправо и влево, соблюдать правила безопасного поведения на лыжах	Быть доброжелательным и эмоционально отзывчивым	Коррекция соматического здоровья на основе выполнения физических упражнений	Лыжи
33	Передвижение скользящим шагом по дистанции до 1000м.	1	Доводить начатое дело до конца	Уметь двигаться на лыжах скользящим шагом; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма на уроке	Ответственно относиться к порученному делу.	Коррекция внимания на основе на основе выполнения физических упражнений	Лыжи
34	Подъемы на лыжах различными способами, спуск в основной стойке и торможение палками.	1	Приобретение положительных качеств личности и умение управлять своими эмоциями в различных	Знать способы передвижения на лыжах; уметь спускаться с небольшого возвышения на лыжах	Уметь доводить начатое дело до конца	Коррекция двигательной сферы на основе выполнения физических упражнений	Лыжи

			нестандартных ситуациях	в средней стойке в соответствии с правилами безопасности			
35	Попеременный двухшажный ход без палок и с палками.	1	Овладение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия	Знать технику попеременного двухшажного хода без палок и с палками. Выполнять передвижения по дистанции скользящим шагом	Уметь слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его	Коррекция мелкой моторики кисти и пальцев рук на основе выполнения физических упражнений	Лыжи
36	Повороты приставными шагами. Подъем и спуск в основной стойке, торможение падением.	1	Приобретение адекватных представлений о собственных возможностях	Знать технику поворота приставными шагами	Положительная мотивация к учению	Коррекция пространственных представлений на основе выполнения физических упражнений	Лыжи
37	Передвижение попеременным двухшажным ходом по дистанции до 1000 м.	1	Принятие и освоение социальной роли обучающегося	Уметь правильно называть лыжный инвентарь; передвигаться на лыжах длительное время; выполнять упражнения по лыжной подготовке для закрепления учебного материала	Быть уверенным в своих силах и успехе	Коррекция силовой выносливости на основе выполнения физических упражнений	Лыжи

38	Торможение «плугом». передвижение на лыжах по дистанции до 1500м. в медленном темпе	1	Приобретение установки на безопасный, здоровый образ жизни	Знать технику выполнения торможение «плугом».	Испытывать желание достичь успехов в учебной деятельности.	Коррекция координации движения на основе выполнения физических упражнений	Лыжи
39	Повороты, подъем, спуск, торможение. Прохождение дистанции до 1500м. в среднем темпе	1	Активное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют упорство в достижении поставленных целей	Выполнять повороты, подъемы, спуск, торможение на лыжах	Приобретение положительного отношения к процессу познания	Коррекция опорно-двигательного аппарата на основе выполнения физических упражнений	Лыжи
40	Прохождение на лыжах 1000м в быстром темпе без учета времени	1	Принятие и освоение социальной роли обучающегося	Выполнять упражнения по лыжной подготовке для закрепления учебного материала	Проявление интереса к предмету	Коррекция эмоционально-личностной сферы на основе выполнения физических упражнений	Лыжи
41	Бросок и ловля малого мяча. Разучивание техники броска мяча одной рукой в цель.	1	Овладение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия	Знать технику броска мяча одной рукой в цель. Выполнять броски и ловлю малого мяча.	Вступать в контакт и работает в коллективе (учитель - ученик, ученик – ученик, ученик – класс, учитель-класс)	Коррекция внимания на основе на основе выполнения физических упражнений	Малые мячи
42	Ведение мяча на месте и в движении по прямой.	1	Приобретение адекватных представлений о собственных возможностях	Выполнять ведение мяча на месте, соблюдая правила	Сотрудничать со взрослыми и сверстниками в	Коррекция физического развития на основе выполнения	Мячи

				взаимодействия с игроками	разных социальных ситуациях	физических упражнений	
43	Ведение мяча в движении по прямой и «змейкой».	1	Осознание значения физического развития для человека	Выполнять ведение мяча на месте и в движении разными способами; соблюдать правила игры и взаимодействия с игроками	Договариваться и изменять свое поведение с учетом поведения других участников спорной ситуации	Коррекция соматического здоровья на основе выполнения физических упражнений	Мячи, конусы
44	Бросок мяча в кольцо способами «снизу» и «сверху».	1	Принятие и освоение социальной роли обучающегося	Выполнять бросок мяча в кольцо разными способами.	Ориентироваться в пространстве	Коррекция внимания на основе выполнения физических упражнений	Баскетбольное кольцо, мячи
45	Бросок мяча в кольцо разными способами; передач мяча в парах.	1	Приобретение установки на безопасный, здоровый образ жизни	Уметь выполнять бросок мяча в кольцо разными способами; контролировать силу и высоту броска	Иметь устойчивый интерес к предмету	Коррекция двигательной сферы на основе выполнения физических упражнений	Баскетбольное кольцо, мячи
46	Выполнение баскетбольных упражнений с мячом в парах.	1	Приобретение положительных качеств личности: трудолюбия и упорство в достижении поставленных целей	Знать технику броска мяча после его ведения. Выполнять бросок мяча в кольцо после ведения, передачу мяча в парах после ведения	Уметь слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его	Коррекция мышления на основе выполнения физических упражнений	Баскетбольные мячи

47	Ведение мяча с передвижением приставными шагами, бросок в кольцо.	1	Активное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют упорство в достижении поставленных целей	Знать технику ведение мяча с передвижением приставными шагами	Быть доброжелательным и эмоционально отзывчивым	Коррекция мелкой моторики кисти и пальцев рук на основе выполнения физических упражнений	Баскетбольное кольцо, мячи
48	Броски набивного мяча разными способами.		Принятие и освоение социальной роли обучающегося	Выполнять бросок мяча в кольцо разными способами; контролировать силу и высоту броска	Ответственно относится к выполнению домашнего задания.	Коррекция зрительной памяти на основе выполнения физических упражнений	Набивные мячи
49	Бросок малого и набивного мяча разными способами.	1	Приобретение адекватных представлений о своих возможностях	Знать технику бросков малого и набивного мяча разными способами. Выполнять броски мяча и ловлю высоко летящего мяч; соблюдать правила игры	Уметь доводить начатое дело до конца	Коррекция пространственных представлений и ориентации на основе выполнения физических упражнений	Набивные мячи
50	Эстафеты с мячом. «Веселые старты»	1	Приобретение положительных качеств личности: упорство в достижении поставленных целей	Знать комплекс ОРУ Уметь играть, соблюдая правила, контролируя свои действия и действия соперника	Оценивать жизненные ситуации с точки зрения общечеловеческих норм (плохо и хорошо).	Коррекция наглядно-образного мышления на основе выполнения физических упражнений	Набивные мячи, баскетбольные мячи, конусы

4 четверть (18 часа)

51	Передача волейбольного мяча в парах.	1	Проявление эмоционально-нравственной отзывчивости	Знать технику выполнения передачи волейбольного мяча. Выполнять передачу мяча в парах.	Иметь устойчивый интерес к предмету	Коррекция памяти на основе упражнений в запоминании и воспроизведении	Волейбольная сетка, мячи
52	Промежуточный контроль «Сдача контрольных нормативов»	1	Приобретение начальных навыков адаптации в динамично развивающемся и меняющемся мире	Знать технику «низкого» и «высокого» старта	Уметь слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его	Коррекция физического развития на основе выполнения физических упражнений	Волейбольная сетка, мячи
53	Подача мяча через сетку двумя руками из-за головы и одной рукой от плеча. Разучивание игры «Пионербол»	1	Приобретение доброжелательного взаимодействия со сверстниками, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей	Знать подачу мяча через сетку двумя руками из-за головы и одной рукой от плеча. Знать правила подвижных игр	Ответственно относится к выполнению домашнего задания.	Коррекция внимания на основе выполнения физических упражнений	Волейбольная сетка, мячи
54	Ловля высоко летящего мяча. Взаимодействие в команде. Игра «Пионербол»	1	Осознание необходимости укрепления и сохранения физического здоровья	Знать технику ловли высоко летящего мяча. Выполнять броски и ловлю мяча.	Уметь доводить начатое дело до конца	Коррекция двигательной сферы на основе выполнения физических упражнений	Волейбольная сетка, мячи
55	Поддачи, передачи, бросков и ловли мяча через сетку. Игра «Пионербол»	1	Доводить начатое дело до конца	Выполнять поддачи, передачи, броски и ловлю мяча через сетку.	Оценивать жизненные ситуации с точки зрения общечеловеческих	Коррекция мышления на основе выполнения физических упражнений	Волейбольная сетка, мячи

					норм (плохо и хорошо).		
56	Учебная игра в «Пионербол»	1	Приобретение положительных качества личности, умения управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Знать технику и правила игры	Уметь доводить начатое дело до конца	Коррекция двигательной сферы на основе выполнения физических упражнений	Волейбольная сетка, мячи
57	Ведение мяча внутренней и внешней частью стопы по прямой линии.	1	Приобретение положительных качеств личности и умение управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Знать технику ведения мяча внутренней и внешней частью стопы по прямой линии.	Уметь слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его	Коррекция мелкой моторики кисти и пальцев рук на основе выполнения физических упражнений	Мячи
58	Ведение мяча внутренней и внешней частью стопы по дуге с остановками по сигналу и между стойками с обводкой.	1	Овладение этическими нормами поведения	Выполнять ведение мяча внутренней и внешней частью стопы по прямой линии.	Уметь оказать помощь одноклассникам	Коррекция зрительной памяти на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические мячи

59	Остановка катящегося мяча внутренней частью стопы. Игра вратаря.	1	Приобретение мотивации к работе на результат	Знать технику остановки катящегося мяча внутренней частью стопы	Положительная мотивация к учению	Коррекция пространственных представлений и ориентации на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические мячи
60	ТБ по легкой атлетике. Прыжок в длину с места.	1	Приобретение качеств личности, обеспечивающих социальную мобильность, способность принимать самостоятельные решения	Знать технику выполнения прыжка в длину с места. Выполнять прыжок в длину с места.	Ответственно относиться к порученному делу	Коррекция наглядно-образного мышления на основе выполнения физических упражнений	Рулетка, гимнастические скамейки
61	Прыжки в длину с места и с разбега.	1	Приобретение положительных качеств личности: честности, ответственности	Знать технику выполнения прыжков в длину с места и с разбега.	Быть уверенным в своих силах и успехе	Коррекция силовой выносливости на основе выполнения физических упражнений	Рулетка
62	Эстафета «Кто дальше прыгнет»	1	Приобретение навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умение находить выходы из спорных ситуаций	Знать правила спортивных состязаний	Испытывать желание достичь успехов в учебной деятельности.	Коррекция координации движения на основе выполнения физических упражнений	Рулетка, легкоатлетический барьер
63	Игры-эстафеты с гимнастическими палками.	1	Овладение навыками коммуникации и принятыми нормами	Знать правила спортивных состязаний	Дисциплинирован	Коррекция двигательных умений и навыков: быстроты,	Гимнастические палки, секундомер

			социального взаимодействия		ность и собранность вовремя выполнения задания	ловкости на основе выполнения физических упражнений	
64	Отжимания от пола.	1	Осознание необходимости укрепления и сохранения физического здоровья	Знать технику выполнения отжимания от пола.	Приобретение положительного отношения к процессу познания	Коррекция опорно-двигательного аппарата на основе выполнения физических упражнений	Скамейки, секундомер
65	Поднимание туловища из положения, лежа на спине	1	Приобретение адекватных представлений о собственных возможностях	Знать технику поднимания туловища из положения, лежа на спине	Проявление интереса к предмету	Коррекция эмоционально-личностной сферы на основе выполнения физических упражнений	Скамейки
66	Поднимание туловища из положения, лежа на спине за 1 мин.	1	Осознание значения физического развития для человека	Уметь поднимать туловище из положения, лежа на спине	Слушать и слышать учителя.	Коррекция нарушения в движениях (закрепощенность, неточность, несогласованность рук и ног) на основе выполнения физических упражнений	Малые мячи
67	Прыжки со скакалкой по одному и в тройках	1	Приобретение установки на безопасный, здоровый образ жизни	Знать технику выполнения прыжков	Соблюдать правила поведения на уроке	Коррекция физического развития на основе выполнения	Скакалки

				со скакалкой один и в тройках	физкультуры в спортивном зале.	физических упражнений	
68	Бег на 300 м.	1	Приобретение положительных качеств личности: трудолюбия и упорство в достижении поставленных целей	Уметь выполнять стойку «низкий» старт	Положительно относиться к окружающей действительности	Коррекция соматического здоровья на основе выполнения физических упражнений	Секундомер, флажки
Итого							68

Развернутое календарно – тематическое планирование

6 класс

Планируемые результаты

Личностные

- проявляет уважительное отношение к чужому мнению;
- овладел социально бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;

- овладел навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- имеет адекватные представления о собственных возможностях;
- принял и освоил социальную роль обучающегося, приобрёл мотивацию к учебной деятельности, имеет социально значимые мотивы учебной деятельности;
- имеет сформированные навыки личной гигиены;
- имеет мотивацию к работе на результат;
- имеет навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;

Предметные

ФАООП определяет два уровня овладения предметными результатами: минимальный и достаточный

Минимальный уровень	Достаточный уровень
<p>Предполагает сокращение объема сведений по сравнению с достаточным уровнем. Все задания выполняются со всеми видами помощи учителя, применять систему «наставничество» (прикреплять к слабому ученику более сильного ученика)</p> <p>Гимнастика</p> <p>Знать: правила поведения при выполнении строевых команд, гигиены после занятий физическими упражнениями; приемы выполнения команд: «Налево!», «Направо!»</p> <p>Уметь: выполнять команды «Направо!», «Налево!», «Кругом!», соблюдать интервал; выполнять исходные положения с контролем зрения; реагировать на сигнал учителя; выполнять опорный прыжок через козла ноги врозь; сохранять равновесие на наклонной плоскости; преодолевать препятствия (с помощью учителя); переноска груза (по показу учителя)</p> <p>Легкая атлетика</p>	<p>Гимнастика</p> <p>Знать: правила поведения при выполнении строевых команд, гигиены после занятий физическими упражнениями; приемы выполнения команд: «Налево!», «Направо!»</p> <p>Уметь: выполнять команды «Направо!», «Налево!», «Кругом!», соблюдать интервал; выполнять исходные положения без контроля зрения; правильно и быстро реагировать на сигнал учителя; выполнять опорный прыжок через козла ноги врозь; сохранять равновесие на наклонной плоскости; выбирать рациональный способ преодоления препятствия; лазать по канату произвольным способом; выбирать наиболее удачный способ переноски груза.</p> <p>Легкая атлетика</p> <p>Знать: фазы прыжка в длину с разбега.</p> <p>Уметь: выполнять разновидности ходьбы; пробегать в медленном темпе 4 мин, бегать на время 60 м; выполнять прыжок в длину с</p>

<p>Знать: фазы прыжка в длину с разбега.</p> <p>Уметь: выполнять (по показу) разновидности ходьбы; пробегать в медленном темпе 4 мин, бегать на время 60 м; выполнять прыжок в длину с разбега, прыгать в высоту <i>Лыжная подготовка</i></p> <p>Знать: как бежать по прямой и по повороту; правила ухода за ботинками; как избежать травматизма при катании.</p> <p>Уметь: координировать движения рук и ног при беге по повороту; свободное катание до 200—300 м; бежать в быстром темпе до 100 м.</p> <p>Уметь: выполнять правильное падение, торможение.</p> <p style="text-align: center;"><i>Подвижные игры</i></p> <p>Знать: считалки, правила изученных подвижных игр (с помощью учителя)</p> <p>Уметь: выполнять разные роли в игре (ведущий, игрок)</p> <p style="text-align: center;"><i>Спортивные игры</i></p> <p><u>Пионербол</u></p> <p>Знать: расстановку игроков на площадке, правила перехода играющих.</p> <p>Уметь: подавать боковую подачу разыгрывать мяч на два паса.</p> <p><u>Баскетбол</u></p> <p>Знать: некоторые правила игры в баскетбол.</p> <p>Уметь: вести мяч; ловить и передавать мяч.</p>	<p>разбега способом «согнув ноги» из зоны отталкивания не более 1 м, прыгать в высоту способом «перешагивание» с шагов разбега.</p> <p style="text-align: center;"><i>Лыжная подготовка</i></p> <p>Знать: как бежать по прямой и по повороту; правила ухода за ботинками; как избежать травматизма при катании.</p> <p>Уметь: координировать движения рук и ног при беге по повороту; свободное катание до 200—300 м; бежать на коньках в быстром темпе до 100 м.</p> <p>Уметь: выполнять правильное падение; тормозить «полуплугом», «плугом».</p> <p style="text-align: center;"><i>Подвижные игры</i></p> <p>Знать: считалки, правила изученных подвижных игр. Уметь: выполнять разные роли в игре (ведущий, игрок)</p> <p style="text-align: center;"><i>Спортивные игры</i></p> <p><u>Пионербол</u></p> <p>Знать: расстановку игроков на площадке, правила перехода играющих.</p> <p>Уметь: подавать боковую подачу, разыгрывать мяч на три паса.</p> <p><u>Баскетбол</u></p> <p>Знать: правила игры в баскетбол, некоторые правила игры.</p> <p>Уметь: вести мяч с различными заданиями; ловить и передавать мяч.</p>
---	--

Базовые учебные действия

Личностные учебные действия	-Положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию;
-----------------------------	--

	<ul style="list-style-type: none"> - понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений о этических нормах и правилах поведения в современном обществе; - гордиться школьными успехами и достижениями как собственными, так и своих товарищей.
Коммуникативные учебные действия:	<ul style="list-style-type: none"> -Вступать в контакт и работать в коллективе (учитель – ученик, ученик –ученик, ученик –класс, учитель-класс); -использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем; -слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту; -сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; -доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми; -договариваться и изменять свое поведение с учетом поведения других участников спорной ситуации.
Регулятивные учебные действия:	<ul style="list-style-type: none"> -Принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, осуществлять коллективный поиск средств их осуществления; -осознанно действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач; -осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; -самоконтроль в деятельности, адекватно реагировать на внешний контроль и оценку, корректировать в соответствии с ней свою деятельность.
Познавательные учебные действия:	<ul style="list-style-type: none"> -Использовать логические действия (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию, установление аналогий, закономерностей, причинно-следственных связей) на наглядном, доступном вербальном материале, основе практической деятельности в соответствии с индивидуальными возможностями; -применять начальные сведения о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и др.) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета и для решения познавательных и практических задач; - использовать в жизни и деятельности некоторые меж предметные знания, отражающие доступные существенные связи и отношения между объектами и процессами.

№ Дата	Раздел, тема	Количество часов	Планируемые результаты			Коррекционная направленность урока	Учебно – методическое сопровождение
			Личностные	Предметные	Базовые учебные действия		
1 четверть(16 часов)							
1	Строевые упражнения. Обучение понятию «высокий старт».	1	Осознание необходимости укрепления и сохранения физического здоровья	Знать технику стойки «высокий старт» Делать стойку из положения «высокий старт»	Соблюдать ритуалы урока.	Коррекция пространственных представлений и ориентации на основе выполнения физических упражнений	Секундомер
2	Бег с низкого старта на дистанцию 60м	1	Приобретение адекватных представлений о собственных возможностях	Знать технику стойки «низкий старт» Уметь бегать с положения «низкий старт»	Соблюдать правила поведения на уроке физкультуры в спортивном зале.	Коррекция зрительной памяти на основе выполнения физических упражнений	Секундомер, флажки
3	Стартовый контроль «Уровень физической подготовленности в начале года»	1	Понимание значения физического развития для человека	Знать основные строевые команды и приемы. Технику бега из положения «высокий старт», «низкий старт»	Положительно относиться к окружающей действительности	Коррекция пространственных представлений и ориентации на основе выполнения физических упражнений	Секундомер
4	Прыжок в длину с места.	1	Приобретение положительных качеств личности: трудолюбия и	Знать технику выполнения прыжка в длину с места	Сотрудничать со взрослыми и сверстниками в	Коррекция опорно-двигательного аппарата на основе выполнения	Линейка

			упорство в достижении поставленных целей		разных социальных ситуациях	физических упражнений	
5	Метание малого мяча на дальность.	1	Активное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют упорство в достижении поставленных целей	Знать технику метание малого мяча на дальность	Договариваться и изменять свое поведение с учетом поведения других участников спорной ситуации	Коррекция эмоционально-личностной сферы на основе выполнения физических упражнений	Мячи, рулетка
6	Эстафета «За мячом противника»	1	Принятие и освоение социальной роли обучающегося	Знать правила взаимодействия игроков в эстафете	Ориентироваться в пространстве	Коррекция мелкой моторики на основе выполнения физических упражнений	Мячи
7	Бег с изменением частоты шагов	1	Приобретение адекватных представлений о своих возможностях	Знать технику бега с изменением частоты шагов	Принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе	Коррекция опорно-двигательного аппарата на основе выполнения физических упражнений	Секундомер
8	Бег на выносливость. Контроль пульса.	1	Приобретение положительных качеств личности: упорство в достижении поставленных целей	Знать, что такое физические качества человека. Уметь контролировать пульс	Активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников	Коррекция эмоционально-личностной сферы на основе выполнения физических упражнений	Секундомер, мячи

9	Бег на 100 м с высокого старта.	1	Приобретение доброжелательного взаимодействия со сверстниками, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей	Уметь самостоятельно подбирать ритм и темп своего бега.	Соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами	Коррекция нарушения в движениях (закрепощенность, неточность, несогласованность рук и ног) на основе выполнения физических упражнений	Секундомер
10	Броски мяча через сетку двумя руками от плеча, сверху из-за головы, снизу.	1	Проявление эмоционально-нравственной отзывчивости	Выполнять броски и ловлю мяча; грамотно используя технику броска и ловли мяча во время игры	Сотрудничает со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях	Коррекция опорно-двигательного аппарата на основе выполнения физических упражнений	Секундомер
11	Перестроение в две шеренги, колонны. Подъем туловища из положения, лежа на спине	1	Приобретение начальных навыков адаптации в динамично развивающемся и меняющемся мире	Знать как вести себя в спортивном зале, соблюдая ТБ, выполнять подъем туловища из положения, лежа на спине	Понимать личную ответственность за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения	Коррекция опорно-двигательного аппарата на основе выполнения физических упражнений	Гимнастическая стенка, маты
12	Упражнения в паре. Подъем туловища за 1 мин.	1	Приобретение положительных качества личности, умения управлять своими эмоциями в различных	Уметь правильно выполнять подъем туловища за определенный отрезок времени	Проявлять самостоятельность в выполнении учебных заданий	Коррекция эмоционально-личностной сферы на основе выполнения физических упражнений	Линейка, гимнастические маты

			нестандартных ситуациях				
13	Прыжки на одной и двух ногах разными способами. Прыжок в длину с разбега на мат.	1	Понимание необходимости укрепления и сохранения физического здоровья	Знать технику выполнения прыжка на одной и двух ногах разными способами. Уметь прыгать в длину с разбега .	Сравнивать различные точки зрения, считаться с мнением другого человека	Коррекция опорно-двигательного аппарата на основе выполнения физических упражнений	Линейка
14	Отжимание от пола.	1	Проявление положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Знать технику пролезания в обруч разными способами. Уметь отжиматься от пола	Стремление быть более успешным в учебной деятельности	Коррекция нарушения в движениях (закрепощенность, неточность, несогласованность рук и ног) на основе выполнения физических упражнений	Скамейка
15	Упражнения на гимнастических скамейках. Ползание по гимнастической скамейке.	1	Овладение этическими нормами поведения	Знать правила ТБ. Уметь ползать по гимнастической скамейке	Адекватная мотивация к учебной деятельности	Коррекция опорно-двигательного аппарата на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические скамейки
16	Парные упражнения. Техника прыжка в высоту способом «перешагивание».	1	Приобретение качеств личности, обеспечивающих социальную мобильность, способность	Знать технику выполнения прыжка в высоту способом «перешагивания» Уметь прыгать на двух ногах (ноги вместе) и	Адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	Коррекция нарушения в движениях (закрепощенность, неточность, несогласованность рук и ног) на основе	Гимнастические скамейки

			принимать самостоятельные решения	одной ногое сохраняя равновесие.		выполнения физических упражнений	
2 четверть (14 часов)							
17	Правила поведения на уроках гимнастики. Вис углом на гимнастической стенке	1	Приобретение установки на здоровый образ жизни, спокойное отношение к ошибке как «рабочей» ситуации, требующей коррекции; вера в себя	Знать ТБ на уроках гимнастики, выполнять упражнения на гимнастической стенке, выполнять «хваты» при выполнении «виса»	Иметь устойчивый интерес к предмету	Коррекция опорно-двигательного аппарата на основе выполнения физических упражнений	Гимнастическая стенка, скамейка
18	Элементы акробатики. Техника перекатов	1	Приобретение положительных качеств личности: последовательности и настойчивости при выполнении учебных заданий	Знать технику выполнения перекатов Выполнять акробатические элементы, перекаты в группировке	Уметь слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его	Коррекция эмоционально-личностной сферы на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические маты
19	Техника кувырка вперед.	1	Приобретение самостоятельности и личной ответственности за свои поступки действий	Знать технику выполнения кувырка вперед Выполнять акробатические упражнения (кувырок вперед), выполнять действия в круговой тренировке	Быть доброжелательным и эмоционально отзывчивым	Коррекция нарушения в движениях (закрепощенность, неточность, несогласованность рук и ног) на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические маты

20	Стойка на лопатках; кувырок вперед.	1	Принятие социальной роли «ученика»	Знать технику выполнения стойки на лопатках	Ответственно относиться к выполнению домашнего задания.	Коррекция физического развития на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические маты
21	Упражнение «мост». Упражнения акробатики в разных сочетаниях.	1	Осознание личностного смысла учения и интерес к изучению	Знать, технику выполнения упражнения «мост». Выполнять акробатические упражнения в разных сочетаниях	Уметь доводить начатое дело до конца	Коррекция соматического здоровья на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические маты
22	Ходьба по гимнастической скамейке разными способами.	1	Овладение этическими нормами поведения	Выполнять ходьбу по гимнастической скамейке разными способами	Оценивать жизненные ситуации с точки зрения общечеловеческих норм (плохо и хорошо).	Коррекция внимания на основе выполнения физических упражнений	Гимнастическая скамейка
23	Упражнение «цапля», «ласточка».	1	Приобретение положительных качеств личности: последовательности и настойчивости в работе	Выполнять упражнения «цапля», «ласточка» сохраняя равновесие	Уметь оказать помощь одноклассникам	Коррекция соматического здоровья на основе выполнения физических упражнений	Гимнастическая скамейка, маты
24	Правила безопасности в подвижных играх.	1	Приобретение опыта участия в совместной деятельности	Знать правила ТБ при проведении подвижных игр	Быть уверенным в своих силах и успехе	Коррекция соматического здоровья на основе выполнения	Гимнастические маты

						физических упражнений	
25	Правила страховки. Перекат назад в группировке и кувырок назад	1	Овладение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия	Знать правила страховки. Уметь страховать. Выполнять перекал назад в группировке и кувырке назад	Испытывать желание достичь успехов в учебной деятельности.	Коррекция внимания на основе на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические маты, мячи
26	Ходьба на узкой рейке гимнастической скамейки	1	Понимание необходимости укрепления и сохранения физического здоровья	Знать технику ходьбы на узкой рейке гимнастической скамейки	Дисциплинированность и собранность вовремя выполнения задания	Коррекция физического развития на основе выполнения физических упражнений	Гимнастическая скамейка
27	Отрабатывать навык ходьбы по узкой рейке гимнастической скамейки; кувырка назад.	1	Приобретение адекватных представлений о собственных возможностях	Выполнять ходьбу по гимнастической рейке	Приобретение положительного отношения к процессу познания	Коррекция соматического здоровья на основе выполнения физических упражнений	Гимнастическая скамейка
28	Перемещение по гимнастической стенке. Кувырок вперед и назад.	1	Принятие и освоение социальной роли обучающегося	Выполнять перемещение по гимнастической стенке, кувырок вперед и назад.	Слушать и слышать учителя.	Коррекция физического развития на основе выполнения физических упражнений	Гимнастическая стенка
29	Кувырок в сторону.	1	Приобретение положительных качеств личности: трудолюбия и	Знать технику выполнения кувырка в сторону.	Соблюдать правила поведения на уроке физкультуры в спортивном зале.	Коррекция внимания на основе на основе выполнения	Обручи, гимнастические скамейки

			упорство в достижении поставленных целей	Выполнять кувырок в сторону.		физических упражнений	
30	Выполнение акробатических упражнений.	1	Приобретение положительных качеств личности: упорство в достижении поставленных целей	Выполнять упражнения акробатики, соблюдая правила безопасности; самостоятельно контролируют качество выполнения упражнений	Сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях	Коррекция физического развития на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические маты, мячи
3 четверть (20часов)							
31	Правила безопасного поведения на уроках лыжной подготовки. Ходьба на лыжах.	1	Приобретение положительных качества личности, умения управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Знать ТБ на уроках лыжной подготовки. Основные техники ходьбы на лыжах.	Иметь устойчивый интерес к предмету	Коррекция памяти на основе упражнений в запоминании и воспроизведении	Лыжи
32	Повороты на месте переступанием вокруг носков и пяток лыж.	1	Понимают необходимость укрепления и сохранения физического здоровья	Знать правила поворотов переступанием на месте вокруг пяток лыж, выполнять повороты вправо и влево, соблюдать правила безопасного поведения на лыжах	Быть доброжелательным и эмоционально отзывчивым	Коррекция соматического здоровья на основе выполнения физических упражнений	Лыжи

33	Передвижение скользящим шагом по дистанции до 1000м.	1	Доводить начатое дело до конца	Уметь двигаться на лыжах скользящим шагом; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма на уроке	Ответственно относиться к порученному делу.	Коррекция внимания на основе выполнения физических упражнений	Лыжи
34	Подъемы на лыжах различными способами, спуск в основной стойке и торможение палками.	1	Приобретение положительных качеств личности и умение управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Знать способы передвижения на лыжах; уметь спускаться с небольшого возвышения на лыжах в средней стойке в соответствии с правилами безопасности	Уметь доводить начатое дело до конца	Коррекция двигательной сферы на основе выполнения физических упражнений	Лыжи
35	Попеременный двухшажный ход без палок и с палками.	1	Овладение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия	Знать технику попеременного двухшажного хода без палок и с палками. Выполнять передвижения по дистанции скользящим шагом	Уметь слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его	Коррекция мелкой моторики кисти и пальцев рук на основе выполнения физических упражнений	Лыжи
36	Повороты приставными шагами. Подъем и спуск в основной стойке,	1	Приобретение адекватных представлений о собственных возможностях	Знать технику поворота приставными шагами	Положительная мотивация к учению	Коррекция пространственных представлений на основе выполнения	Лыжи

	торможение падением.					физических упражнений	
37	Передвижение попеременным двухшажным ходом по дистанции до 1000 м.	1	Принятие и освоение социальной роли обучающегося	Уметь правильно называть лыжный инвентарь; передвигаться на лыжах длительное время; выполнять упражнения по лыжной подготовке для закрепления учебного материала	Быть уверенным в своих силах и успехе	Коррекция силовой выносливости на основе выполнения физических упражнений	Лыжи
38	Торможение «плугом». передвижение на лыжах по дистанции до 1500м. в медленном темпе	1	Приобретение установки на безопасный, здоровый образ жизни	Знать технику выполнения торможения «плугом».	Испытывать желание достичь успехов в учебной деятельности.	Коррекция координации движения на основе выполнения физических упражнений	Лыжи
39	Повороты, подъем, спуск, торможение. Прохождение дистанции до 1500м. в среднем темпе	1	Активное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют упорство в достижении поставленных целей	Выполнять повороты, подъемы, спуск, торможение на лыжах	Приобретение положительного отношения к процессу познания	Коррекция опорно-двигательного аппарата на основе выполнения физических упражнений	Лыжи
40	Прохождение на лыжах 1000м в	1	Принятие и освоение социальной роли обучающегося	Выполнять упражнения по лыжной подготовке	Проявление интереса к предмету	Коррекция эмоционально-личностной сферы на	Лыжи

	быстром темпе без учета времени			для закрепления учебного материала		основе выполнения физических упражнений	
41	Бросок и ловля малого мяча. Разучивание техники броска мяча одной рукой в цель.	1	Овладение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия	Знать технику броска мяча одной рукой в цель. Выполнять броски и ловлю малого мяча.	Вступать в контакт и работает в коллективе (учитель - ученик, ученик – ученик, ученик – класс, учитель-класс)	Коррекция внимания на основе на основе выполнения физических упражнений	Малые мячи
42	Ведение мяча на месте и в движении по прямой.	1	Приобретение адекватных представлений о собственных возможностях	Выполнять ведение мяча на месте, соблюдая правила взаимодействия с игроками	Сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях	Коррекция физического развития на основе выполнения физических упражнений	Мячи
43	Ведение мяча в движении по прямой и «змейкой».	1	Осознание значения физического развития для человека	Выполнять ведение мяча на месте и в движении разными способами; соблюдать правила игры и взаимодействия с игроками	Договариваться и изменять свое поведение с учетом поведения других участников спортивной ситуации	Коррекция соматического здоровья на основе выполнения физических упражнений	Мячи, конусы
44	Бросок мяча в кольцо способами «снизу» и «сверху».	1	Принятие и освоение социальной роли обучающегося	Выполнять бросок мяча в кольцо разными способами.	Ориентироваться в пространстве	Коррекция внимания на основе на основе выполнения физических упражнений	Баскетбольное кольцо, мячи

45	Бросок мяча в кольцо разными способами; передач мяча в парах.	1	Приобретение установки на безопасный, здоровый образ жизни	Уметь выполнять бросок мяча в кольцо разными способами; контролировать силу и высоту броска	Иметь устойчивый интерес к предмету	Коррекция двигательной сферы на основе выполнения физических упражнений	Баскетбольное кольцо, мячи
46	Выполнение баскетбольных упражнениях с мячом в парах.	1	Приобретение положительных качеств личности: трудолюбия и упорство в достижении поставленных целей	Знать технику броска мяча после его ведения. Выполнять бросок мяча в кольцо после ведения, передачу мяча в парах после ведения	Уметь слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его	Коррекция мышления на основе выполнения физических упражнений	Баскетбольные мячи
47	Ведение мяча с передвижением приставными шагами, бросок в кольцо.	1	Активное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют упорство в достижении поставленных целей	Знать технику ведение мяча с передвижением приставными шагами	Быть доброжелательным и эмоционально отзывчивым	Коррекция мелкой моторики кисти и пальцев рук на основе выполнения физических упражнений	Баскетбольное кольцо, мячи
48	Броски набивного мяча разными способами.		Принятие и освоение социальной роли обучающегося	Выполнять бросок мяча в кольцо разными способами; контролировать силу и высоту броска	Ответственно относится к выполнению домашнего задания.	Коррекция зрительной памяти на основе выполнения физических упражнений	Набивные мячи
49	Бросок малого и набивного мяча разными способами.	1	Приобретение адекватных представлений о своих возможностях	Знать технику бросков малого и набивного мяча разными способами.	Уметь доводить начатое дело до конца	Коррекция пространственных представлений и ориентации на основе выполнения	Набивные мячи

				Выполнять броски мяча и ловлю высоко летящего мяч; соблюдать правила игры		физических упражнений	
50	Эстафеты с мячом. «Веселые старты»	1	Приобретение положительных качеств личности: упорство в достижении поставленных целей	Знать комплекс ОРУ Уметь играть, соблюдая правила, контролируя свои действия и действия соперника	Оценивать жизненные ситуации с точки зрения общечеловеческих норм (плохо и хорошо).	Коррекция наглядно-образного мышления на основе выполнения физических упражнений	Набивные мячи, баскетбольные мячи, конусы
4 четверть (18 часа)							
51	Передача волейбольного мяча в парах.	1	Проявление эмоционально-нравственной отзывчивости	Знать технику выполнения передачи волейбольного мяча. Выполнять передачу мяча в парах.	Иметь устойчивый интерес к предмету	Коррекция памяти на основе упражнений в запоминании и воспроизведении	Волейбольная сетка, мячи
52	Промежуточный контроль «Сдача контрольных нормативов»	1	Приобретение начальных навыков адаптации в динамично развивающемся и меняющемся мире	Знать технику «низкого» и «высокого» старта	Уметь слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его	Коррекция физического развития на основе выполнения физических упражнений	Волейбольная сетка, мячи
53	Подача мяча через сетку двумя руками из-за головы и одной рукой от плеча. Разучивание игры «Пионербол»	1	Приобретение доброжелательного взаимодействия со сверстниками, проявление дисциплинированности,	Знать подачу мяча через сетку двумя руками из-за головы и одной рукой от плеча. Знать правила подвижных игр	Ответственно относится к выполнению домашнего задания.	Коррекция внимания на основе выполнения физических упражнений	Волейбольная сетка, мячи

			трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей				
54	Ловля высоко летящего мяча. Взаимодействие в команде. Игра «Пионербол»	1	Осознание необходимости укрепления и сохранения физического здоровья	Знать технику ловли высоко летящего мяча. Выполнять броски и ловлю мяча.	Уметь доводить начатое дело до конца	Коррекция двигательной сферы на основе выполнения физических упражнений	Волейбольная сетка, мячи
55	Подачи, передачи, бросков и ловли мяча через сетку. Игра «Пионербол»	1	Доводить начатое дело до конца	Выполнять подачи, передачи, броски и ловлю мяча через сетку.	Оценивать жизненные ситуации с точки зрения общечеловеческих норм (плохо и хорошо).	Коррекция мышления на основе выполнения физических упражнений	Волейбольная сетка, мячи
56	Учебная игра в «Пионербол»	1	Приобретение положительных качества личности, умения управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Знать технику и правила игры	Уметь доводить начатое дело до конца	Коррекция двигательной сферы на основе выполнения физических упражнений	Волейбольная сетка, мячи
57	Ведение мяча внутренней и внешней частью стопы по прямой линии.	1	Приобретение положительных качеств личности и умение управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Знать технику ведение мяча внутренней и внешней частью стопы по прямой линии.	Уметь слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его	Коррекция мелкой моторики кисти и пальцев рук на основе выполнения физических упражнений	Мячи

58	Ведение мяча внутренней и внешней частью стопы по дуге с остановками по сигналу и между стойками с обводкой.	1	Овладение этическими нормами поведения	Выполнять ведение мяча внутренней и внешней частью стопы по прямой линии.	Уметь оказать помощь одноклассникам	Коррекция зрительной памяти на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические мячи
59	Остановка катящегося мяча внутренней частью стопы. Игра вратаря.	1	Приобретение мотивации к работе на результат	Знать технику остановки катящегося мяча внутренней частью стопы	Положительная мотивация к учению	Коррекция пространственных представлений и ориентации на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические мячи
60	ТБ по легкой атлетике. Прыжок в длину с места.	1	Приобретение качеств личности, обеспечивающих социальную мобильность, способность принимать самостоятельные решения	Знать технику выполнения прыжка в длину с места. Выполнять прыжок в длину с места.	Ответственно относиться к порученному делу	Коррекция наглядно-образного мышления на основе выполнения физических упражнений	Рулетка, гимнастические скамейки
61	Прыжки в длину с места и с разбега.	1	Приобретение положительных качеств личности: честности, ответственности	Знать технику выполнения прыжков в длину с места и с разбега.	Быть уверенным в своих силах и успехе	Коррекция силовой выносливости на основе выполнения физических упражнений	Рулетка

62	Эстафета «Кто дальше прыгнет»	1	Приобретение навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умение находить выходы из спорных ситуаций	Знать правила спортивных состязаний	Испытывать желание достичь успехов в учебной деятельности.	Коррекция координации движения на основе выполнения физических упражнений	Рулетка, легкоатлетический барьер
63	Игры-эстафеты с гимнастическими палками.	1	Овладение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия	Знать правила спортивных состязаний	Дисциплинированность и собранность вовремя выполнения задания	Коррекция двигательных умений и навыков: быстроты, ловкости на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические палки, секундомер
64	Отжимания от пола.	1	Осознание необходимости укрепления и сохранения физического здоровья	Знать технику выполнения отжимания от пола.	Приобретение положительного отношения к процессу познания	Коррекция опорно-двигательного аппарата на основе выполнения физических упражнений	Скамейки, секундомер
65	Поднимание туловища из положения, лежа на спине	1	Приобретение адекватных представлений о собственных возможностях	Знать технику поднимания туловища из положения, лежа на спине	Проявление интереса к предмету	Коррекция эмоционально-личностной сферы на основе выполнения физических упражнений	Скамейки
66	Поднимание туловища из положения, лежа на спине за 1 мин.	1	Осознание значения физического развития для человека	Уметь поднимать туловище из положения, лежа на спине	Слушать и слышать учителя.	Коррекция нарушения в движениях (закрепощенность, неточность,	Малые мячи

						несогласованность рук и ног) на основе выполнения физических упражнений	
67	Прыжки со скакалкой по одному и в тройках	1	Приобретение установки на безопасный, здоровый образ жизни	Знать технику выполнения прыжков со скакалкой один и в тройках	Соблюдать правила поведения на уроке физкультуры в спортивном зале.	Коррекция физического развития на основе выполнения физических упражнений	Скакалки
68	Бег на 300 м.	1	Приобретение положительных качеств личности: трудолюбия и упорство в достижении поставленных целей	Уметь выполнять стойку «низкий» старт	Положительно относиться к окружающей действительности	Коррекция соматического здоровья на основе выполнения физических упражнений	Секундомер, флажки
Итого							68

Развернутое календарно – тематическое планирование

7 класс**Планируемые результаты****Личностные**

- проявляет уважительное отношение к чужому мнению;
- овладел социально бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;
- овладел навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- имеет адекватные представления о собственных возможностях;
- принял и освоил социальную роль обучающегося, приобрёл мотивацию к учебной деятельности, имеет социально значимые мотивы учебной деятельности;
- имеет сформированные навыки личной гигиены;
- имеет мотивацию к работе на результат;
- имеет навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;

Предметные

ФАООП определяет два уровня овладения предметными результатами: минимальный и достаточный

Минимальный уровень	Достаточный уровень
<p>Предполагает сокращение объема сведений по сравнению с достаточным уровнем. Все задания выполняются со всеми видами помощи учителя, применять систему «наставничество» (прикреплять к слабому ученику более сильного ученика)</p> <p>Гимнастика Знать: правила поведения при выполнении строевых команд, гигиены после занятий физическими упражнениями; приемы выполнения команд: «Налево!», «Направо!»</p>	<p>Гимнастика Знать: правила поведения при выполнении строевых команд, гигиены после занятий физическими упражнениями; приемы выполнения команд: «Налево!», «Направо!»</p> <p>Уметь: выполнять команды «Направо!», «Налево!», «Кругом!», соблюдать интервал; выполнять исходные положения без контроля зрения; правильно и быстро реагировать на сигнал учителя; выполнять опорный прыжок через козла ноги врозь; сохранять равновесие на наклонной плоскости; выбирать рациональный способ</p>

Уметь: выполнять команды «Направо!», «Налево!», «Кругом!», соблюдать интервал; выполнять исходные положения с контролем зрения; реагировать на сигнал учителя; выполнять опорный прыжок через козла ноги врозь; сохранять равновесие на наклонной плоскости; преодолевать препятствия (с помощью учителя); переноска груза (по показу учителя)

Легкая атлетика

Знать: фазы прыжка в длину с разбега.

Уметь: выполнять (по показу) разновидности ходьбы; пробегать в медленном темпе 4 мин, бегать на время 60 м; выполнять прыжок в длину с разбега, прыгать в высоту *Лыжная подготовка*

Знать: как бежать по прямой и по повороту; правила ухода за ботинками; как избежать травматизма при катании.

Уметь: координировать движения рук и ног при беге по повороту; свободное катание до 200—300 м; бежать в быстром темпе до 100 м.

Уметь: выполнять правильное падение, торможение.

Подвижные игры

Знать: считалки, правила изученных подвижных игр (с помощью учителя)

Уметь: выполнять разные роли в игре (ведущий, игрок)

Спортивные игры

Пионербол

Знать: расстановку игроков на площадке, правила перехода играющих.

преодоления препятствия; лазать по канату произвольным способом; выбрать наиболее удачный способ переноски груза.

Легкая атлетика

Знать: фазы прыжка в длину с разбега.

Уметь: выполнять разновидности ходьбы; пробегать в медленном темпе 4 мин, бегать на время 60 м; выполнять прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги» из зоны отталкивания не более 1 м, прыгать в высоту способом «перешагивание» с шагов разбега.

Лыжная подготовка

Знать: как бежать по прямой и по повороту; правила ухода за ботинками; как избежать травматизма при катании.

Уметь: координировать движения рук и ног при беге по повороту; свободное катание до 200—300 м; бежать на коньках в быстром темпе до 100 м.

Уметь: выполнять правильное падение; тормозить «полуплугом», «плугом».

Подвижные игры

Знать: считалки, правила изученных подвижных игр. **Уметь:** выполнять разные роли в игре (ведущий, игрок)

Спортивные игры

Пионербол

Знать: расстановку игроков на площадке, правила перехода играющих.

Уметь: подавать боковую подачу, разыгрывать мяч на три паса.

<p>Уметь: подавать боковую подачу разыгрывать мяч на два паса.</p> <p>Баскетбол</p> <p>Знать: некоторые правила игры в баскетбол.</p> <p>Уметь: вести мяч; ловить и передавать мяч.</p>	<p>Баскетбол</p> <p>Знать: правила игры в баскетбол, некоторые правила игры.</p> <p>Уметь: вести мяч с различными заданиями; ловить и передавать мяч.</p>
---	--

Базовые учебные действия

<p>Личностные учебные действия</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию; - понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений о этических нормах и правилах поведения в современном обществе; - гордиться школьными успехами и достижениями как собственными, так и своих товарищей.
<p>Коммуникативные учебные действия:</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Вступать в контакт и работать в коллективе (учитель – ученик, ученик –ученик, ученик –класс, учитель-класс); -использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем; -слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту; -сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; -доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми; -договариваться и изменять свое поведение с учетом поведения других участников спорной ситуации.
<p>Регулятивные учебные действия:</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, осуществлять коллективный поиск средств их осуществления; -осознанно действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач; -осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

	-самоконтроль в деятельности, адекватно реагировать на внешний контроль и оценку, корректировать в соответствии с ней свою деятельность.
Познавательные учебные действия:	-Использовать логические действия (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию, установление аналогий, закономерностей, причинно-следственных связей) на наглядном, доступном вербальном материале, основе практической деятельности в соответствии с индивидуальными возможностями; -применять начальные сведения о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и др.) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета и для решения познавательных и практических задач; - использовать в жизни и деятельности некоторые меж предметные знания, отражающие доступные существенные связи и отношения между объектами и процессами.

№ Дата	Раздел, тема	Количество часов	Планируемые результаты			Коррекционная направленность урока	Учебно – методическое сопровождение
			Личностные	Предметные	Базовые учебные действия		
1 четверть(16 часов)							
1	Строевые упражнения. Обучение понятию «высокий старт».	1	Осознание необходимости укрепления и сохранения физического здоровья	Знать технику стойки «высокий старт» Делать стойку из положения «высокий старт»	Соблюдать ритуалы урока.	Коррекция пространственных представлений и ориентации на основе выполнения физических упражнений	Секундомер

2	Бег с низкого старта на дистанцию 60м	1	Приобретение адекватных представлений о собственных возможностях	Знать технику стойки «низкий старт» Уметь бегать с положения «низкий старт»	Соблюдать правила поведения на уроке физкультуры в спортивном зале.	Коррекция зрительной памяти на основе выполнения физических упражнений	Секундомер, флажки
3	Стартовый контроль «Уровень физической подготовленности в начале года»	1	Понимание значения физического развития для человека	Знать основные строевые команды и приемы. Технику бега из положения «высокий старт», «низкий старт»	Положительно относиться к окружающей действительности	Коррекция пространственных представлений и ориентации на основе выполнения физических упражнений	Секундомер
4	Прыжок в длину с места.	1	Приобретение положительных качеств личности: трудолюбия и упорство в достижении поставленных целей	Знать технику выполнения прыжка в длину с места	Сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях	Коррекция опорно-двигательного аппарата на основе выполнения физических упражнений	Линейка
5	Метание малого мяча на дальность.	1	Активное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют упорство в достижении поставленных целей	Знать технику метание малого мяча на дальность	Договариваться и изменять свое поведение с учетом поведения других участников спортивной ситуации	Коррекция эмоционально-личностной сферы на основе выполнения физических упражнений	Мячи, рулетка
6	Эстафета «За мячом противника»	1	Принятие и освоение социальной роли обучающегося	Знать правила взаимодействия игроков в эстафете	Ориентироваться в пространстве	Коррекция мелкой моторики на основе выполнения	Мячи

						физических упражнений	
7	Бег с изменением частоты шагов	1	Приобретение адекватных представлений о своих возможностях	Знать технику бега с изменением частоты шагов	Принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе	Коррекция опорно-двигательного аппарата на основе выполнения физических упражнений	Секундомер
8	Бег на выносливость. Контроль пульса.	1	Приобретение положительных качеств личности: упорство в достижении поставленных целей	Знать, что такое физические качества человека. Уметь контролировать пульс	Активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников	Коррекция эмоционально-личностной сферы на основе выполнения физических упражнений	Секундомер, мячи
9	Бег на 100 м с высокого старта.	1	Приобретение доброжелательного взаимодействия со сверстниками, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей	Уметь самостоятельно подбирать ритм и темп своего бега.	Соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами	Коррекция нарушения в движениях (закрепощенность, неточность, несогласованность рук и ног) на основе выполнения физических упражнений	Секундомер
10	Броски мяча через сетку двумя руками	1	Проявление эмоционально-	Выполнять броски и ловлю мяча; грамотно используя технику	Сотрудничает со взрослыми и сверстниками в	Коррекция опорно-двигательного аппарата на основе выполнения	Секундомер

	от плеча, сверху из-за головы, снизу.		нравственной отзывчивости	броска и ловли мяча во время игры	разных социальных ситуациях	физических упражнений	
11	Перестроение в две шеренги, колонны. Подъем туловища из положения, лежа на спине	1	Приобретение начальных навыков адаптации в динамично развивающемся и меняющемся мире	Знать как вести себя в спортивном зале, соблюдая ТБ, выполнять подъем туловища из положения, лежа на спине	Понимать личную ответственность за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения	Коррекция опорно-двигательного аппарата на основе выполнения физических упражнений	Гимнастическая стенка, маты
12	Упражнения в паре. Подъем туловища за 1 мин.	1	Приобретение положительных качества личности, умения управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Уметь правильно выполнять подъем туловища за определенный отрезок времени	Проявлять самостоятельность в выполнении учебных заданий	Коррекция эмоционально-личностной сферы на основе выполнения физических упражнений	Линейка, гимнастические маты
13	Прыжки на одной и двух ногах разными способами. Прыжок в длину с разбега на мат.	1	Понимание необходимости укрепления и сохранения физического здоровья	Знать технику выполнения прыжка на одной и двух ногах разными способами. Уметь прыгать в длину с разбега .	Сравнивать различные точки зрения, считаться с мнением другого человека	Коррекция опорно-двигательного аппарата на основе выполнения физических упражнений	Линейка
14	Отжимание от пола.	1	Проявление положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных	Знать технику пролезания в обруч разными способами. Уметь отжиматься от пола	Стремление быть более успешным в учебной деятельности	Коррекция нарушения в движениях (закрепощенность, неточность, несогласованность рук и ног) на основе	Скамейка

			нестандартных ситуациях			выполнения физических упражнений	
15	Упражнения на гимнастических скамейках. Ползание по гимнастической скамейке.	1	Овладение этическими нормами поведения	Знать правила ТБ. Уметь ползать по гимнастической скамейке	Адекватная мотивация к учебной деятельности	Коррекция опорно-двигательного аппарата на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические скамейки
16	Парные упражнения. Техника прыжка в высоту способом «перешагивание».	1	Приобретение качеств личности, обеспечивающих социальную мобильность, способность принимать самостоятельные решения	Знать технику выполнения прыжка в высоту способом «перешагивания» Уметь прыгать на двух ногах (ноги вместе) и одной ногое сохраняя равновесие.	Адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	Коррекция нарушения в движениях (закрепощенность, неточность, несогласованность рук и ног) на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические скамейки
2 четверть (14 часов)							
17	Правила поведения на уроках гимнастики. Вис углом на гимнастической стенке	1	Приобретение установки на здоровый образ жизни, спокойное отношение к ошибке как «рабочей» ситуации, требующей коррекции; вера в себя	Знать ТБ на уроках гимнастики, выполнять упражнения на гимнастической стенке, выполнять «хваты» при выполнении «виса»	Иметь устойчивый интерес к предмету	Коррекция опорно-двигательного аппарата на основе выполнения физических упражнений	Гимнастическая стенка, скамейка

18	Элементы акробатики. Техника перекатов	1	Приобретение положительных качеств личности: последовательности и настойчивости при выполнении учебных заданий	Знать технику выполнения перекатов Выполнять акробатические элементы, перекаты в группировке	Уметь слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его	Коррекция эмоционально-личностной сферы на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические маты
19	Техника кувырка вперед.	1	Приобретение самостоятельности и личной ответственности за свои поступки действий	Знать технику выполнения кувырка вперёд Выполнять акробатические упражнения (кувырок вперед), выполнять действия в круговой тренировке	Быть доброжелательным и эмоционально отзывчивым	Коррекция нарушения в движениях (закрепощенность, неточность, несогласованность рук и ног) на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические маты
20	Стойка на лопатках; кувырок вперед.	1	Принятие социальной роли «ученика»	Знать технику выполнения стойки на лопатках	Ответственно относится к выполнению домашнего задания.	Коррекция физического развития на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические маты
21	Упражнение «мост». Упражнения акробатики в разных сочетаниях.	1	Осознание личностного смысла учения и интерес к изучению	Знать, технику выполнения упражнения «мост». Выполнять акробатические упражнения в разных сочетаниях	Уметь доводить начатое дело до конца	Коррекция соматического здоровья на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические маты

22	Ходьба по гимнастической скамейке разными способами.	1	Овладение этическими нормами поведения	Выполнять ходьбу по гимнастической скамейке разными способами	Оценивать жизненные ситуации с точки зрения общечеловеческих норм (плохо и хорошо).	Коррекция внимания на основе выполнения физических упражнений	Гимнастическая скамейка
23	Упражнение «цапля», «ласточка».	1	Приобретение положительных качеств личности: последовательности и настойчивости в работе	Выполнять упражнения «цапля», «ласточка» сохраняя равновесие	Уметь оказать помощь одноклассникам	Коррекция соматического здоровья на основе выполнения физических упражнений	Гимнастическая скамейка, маты
24	Правила безопасности в подвижных играх.	1	Приобретение опыта участия в совместной деятельности	Знать правила ТБ при проведении подвижных игр	Быть уверенным в своих силах и успехе	Коррекция соматического здоровья на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические маты
25	Правила страховки. Перекат назад в группировке и кувырок назад	1	Овладение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия	Знать правила страховки. Уметь страховать. Выполнять перекат назад в группировке и кувырке назад	Испытывать желание достичь успехов в учебной деятельности.	Коррекция внимания на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические маты, мячи
26	Ходьба на узкой рейке гимнастической скамейки	1	Понимание необходимости укрепления и сохранения физического здоровья	Знать технику ходьбы на узкой рейке гимнастической скамейки	Дисциплинированность и собранность вовремя выполнения задания	Коррекция физического развития на основе выполнения физических упражнений	Гимнастическая скамейка

27	Отрабатывать навык ходьбы по узкой рейке гимнастической скамейки; кувырка назад.	1	Приобретение адекватных представлений о собственных возможностях	Выполнять ходьбу по гимнастической рейке	Приобретение положительного отношения к процессу познания	Коррекция соматического здоровья на основе выполнения физических упражнений	Гимнастическая скамейка
28	Перемещение по гимнастической стенке. Кувырок вперед и назад.	1	Принятие и освоение социальной роли обучающегося	Выполнять перемещение по гимнастической стенке, кувырок вперед и назад.	Слушать и слышать учителя.	Коррекция физического развития на основе выполнения физических упражнений	Гимнастическая стенка
29	Кувырок в сторону.	1	Приобретение положительных качеств личности: трудолюбия и упорство в достижении поставленных целей	Знать технику выполнения кувырка в сторону. Выполнять кувырок в сторону.	Соблюдать правила поведения на уроке физкультуры в спортивном зале.	Коррекция внимания на основе выполнения физических упражнений	Обручи, гимнастические скамейки
30	Выполнение акробатических упражнений.	1	Приобретение положительных качеств личности: упорство в достижении поставленных целей	Выполнять упражнения акробатики, соблюдая правила безопасности; самостоятельно контролируют качество выполнения упражнений	Сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях	Коррекция физического развития на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические маты, мячи
3 четверть (20часов)							
31	Правила безопасного поведения на уроках лыжной	1	Приобретение положительных качества личности, умения управлять	Знать ТБ на уроках лыжной подготовки.	Иметь устойчивый интерес к предмету	Коррекция памяти на основе упражнений в запоминании и воспроизведении	Лыжи

	подготовки. Ходьба на лыжах.		своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Основные техники ходьбы на лыжах.			
32	Повороты на месте переступанием вокруг носков и пяток лыж.	1	Понимают необходимость укрепления и сохранения физического здоровья	Знать правила поворотов переступанием на месте вокруг пяток лыж, выполнять повороты вправо и влево, соблюдать правила безопасного поведения на лыжах	Быть доброжелательным и эмоционально отзывчивым	Коррекция соматического здоровья на основе выполнения физических упражнений	Лыжи
33	Передвижение скользящим шагом по дистанции до 1000м.	1	Доводить начатое дело до конца	Уметь двигаться на лыжах скользящим шагом; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма на уроке	Ответственно относиться к порученному делу.	Коррекция внимания на основе на основе выполнения физических упражнений	Лыжи
34	Подъемы на лыжах различными способами, спуск в основной стойке и торможение палками.	1	Приобретение положительных качеств личности и умение управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Знать способы передвижения на лыжах; уметь спускаться с небольшого возвышения на лыжах в средней стойке в соответствии с правилами безопасности	Уметь доводить начатое дело до конца	Коррекция двигательной сферы на основе выполнения физических упражнений	Лыжи

35	Попеременный двухшажный ход без палок и с палками.	1	Овладение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия	Знать технику попеременного двухшажного хода без палок и с палками. Выполнять передвижения по дистанции скользящим шагом	Уметь слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его	Коррекция мелкой моторики кисти и пальцев рук на основе выполнения физических упражнений	Лыжи
36	Повороты приставными шагами. Подъем и спуск в основной стойке, торможение падением.	1	Приобретение адекватных представлений о собственных возможностях	Знать технику поворота приставными шагами	Положительная мотивация к учению	Коррекция пространственных представлений на основе выполнения физических упражнений	Лыжи
37	Передвижение попеременным двухшажным ходом по дистанции до 1000 м.	1	Принятие и освоение социальной роли обучающегося	Уметь правильно называть лыжный инвентарь; передвигаться на лыжах длительное время; выполнять упражнения по лыжной подготовке для закрепления учебного материала	Быть уверенным в своих силах и успехе	Коррекция силовой выносливости на основе выполнения физических упражнений	Лыжи
38	Торможение «плугом». передвижение на	1	Приобретение установки на безопасный, здоровый образ жизни	Знать технику выполнения	Испытывать желание достичь успехов в	Коррекция координации движения на основе	Лыжи

	лыжах по дистанции до 1500м. в медленном темпе			торможение «плугом».	учебной деятельности.	выполнения физических упражнений	
39	Повороты, подъем, спуск, торможение. Прохождение дистанции до 1500м. в среднем темпе	1	Активное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют упорство в достижении поставленных целей	Выполнять повороты, подъемы, спуск, торможение на лыжах	Приобретение положительного отношения к процессу познания	Коррекция опорно-двигательного аппарата на основе выполнения физических упражнений	Лыжи
40	Прохождение на лыжах 1000м в быстром темпе без учета времени	1	Принятие и освоение социальной роли обучающегося	Выполнять упражнения по лыжной подготовке для закрепления учебного материала	Проявление интереса к предмету	Коррекция эмоционально-личностной сферы на основе выполнения физических упражнений	Лыжи
41	Бросок и ловля малого мяча. Разучивание техники броска мяча одной рукой в цель.	1	Овладение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия	Знать технику броска мяча одной рукой в цель. Выполнять броски и ловлю малого мяча.	Вступать в контакт и работает в коллективе (учитель - ученик, ученик – ученик, ученик – класс, учитель-класс)	Коррекция внимания на основе на основе выполнения физических упражнений	Малые мячи
42	Ведение мяча на месте и в движении по прямой.	1	Приобретение адекватных представлений о собственных возможностях	Выполнять ведение мяча на месте, соблюдая правила взаимодействия с игроками	Сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях	Коррекция физического развития на основе выполнения физических упражнений	Мячи

43	Ведение мяча в движении по прямой и «змейкой».	1	Осознание значения физического развития для человека	Выполнять ведение мяча на месте и в движении разными способами; соблюдать правила игры и взаимодействия с игроками	Договариваться и изменять свое поведение с учетом поведения других участников спорной ситуации	Коррекция соматического здоровья на основе выполнения физических упражнений	Мячи, конусы
44	Бросок мяча в кольцо способами «снизу» и «сверху».	1	Принятие и освоение социальной роли обучающегося	Выполнять бросок мяча в кольцо разными способами.	Ориентироваться в пространстве	Коррекция внимания на основе выполнения физических упражнений	Баскетбольное кольцо, мячи
45	Бросок мяча в кольцо разными способами; передач мяча в парах.	1	Приобретение установки на безопасный, здоровый образ жизни	Уметь выполнять бросок мяча в кольцо разными способами; контролировать силу и высоту броска	Иметь устойчивый интерес к предмету	Коррекция двигательной сферы на основе выполнения физических упражнений	Баскетбольное кольцо, мячи
46	Выполнение баскетбольных упражнениях с мячом в парах.	1	Приобретение положительных качеств личности: трудолюбия и упорство в достижении поставленных целей	Знать технику броска мяча после его ведения. Выполнять бросок мяча в кольцо после ведения, передачу мяча в парах после ведения	Уметь слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его	Коррекция мышления на основе выполнения физических упражнений	Баскетбольные мячи
47	Ведение мяча с передвижением приставными	1	Активное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют упорство в	Знать технику ведение мяча с передвижением приставными шагами	Быть доброжелательным и эмоционально отзывчивым	Коррекция мелкой моторики кисти и пальцев рук на основе выполнения	Баскетбольное кольцо, мячи

	шагами, бросок в кольцо.		достижении поставленных целей			физических упражнений	
48	Броски набивного мяча разными способами.		Принятие и освоение социальной роли обучающегося	Выполнять бросок мяча в кольцо разными способами; контролировать силу и высоту броска	Ответственно относится к выполнению домашнего задания.	Коррекция зрительной памяти на основе выполнения физических упражнений	Набивные мячи
49	Бросок малого и набивного мяча разными способами.	1	Приобретение адекватных представлений о своих возможностях	Знать технику бросков малого и набивного мяча разными способами. Выполнять броски мяча и ловлю высоко летящего мяч; соблюдать правила игры	Уметь доводить начатое дело до конца	Коррекция пространственных представлений и ориентации на основе выполнения физических упражнений	Набивные мячи
50	Эстафеты с мячом. «Веселые старты»	1	Приобретение положительных качеств личности: упорство в достижении поставленных целей	Знать комплекс ОРУ Уметь играть, соблюдая правила, контролируя свои действия и действия соперника	Оценивать жизненные ситуации с точки зрения общечеловеческих норм (плохо и хорошо).	Коррекция наглядно-образного мышления на основе выполнения физических упражнений	Набивные мячи, баскетбольные мячи, конусы
4 четверть (18 часа)							
51	Передача волейбольного мяча в парах.	1	Проявление эмоционально-нравственной отзывчивости	Знать технику выполнения передачи волейбольного мяча. Выполнять передачу мяча в парах.	Иметь устойчивый интерес к предмету	Коррекция памяти на основе упражнений в запоминании и воспроизведении	Волейбольная сетка, мячи

52	Промежуточный контроль «Сдача контрольных нормативов»	1	Приобретение начальных навыков адаптации в динамично развивающемся и меняющемся мире	Знать технику «низкого» и «высокого» старта	Уметь слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его	Коррекция физического развития на основе выполнения физических упражнений	Волейбольная сетка, мячи
53	Подача мяча через сетку двумя руками из-за головы и одной рукой от плеча. Разучивание игры «Пионербол»	1	Приобретение доброжелательного взаимодействия со сверстниками, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей	Знать подачу мяча через сетку двумя руками из-за головы и одной рукой от плеча. Знать правила подвижных игр	Ответственно относится к выполнению домашнего задания.	Коррекция внимания на основе выполнения физических упражнений	Волейбольная сетка, мячи
54	Ловля высоко летящего мяча. Взаимодействие в команде. Игра «Пионербол»	1	Осознание необходимости укрепления и сохранения физического здоровья	Знать технику ловли высоко летящего мяча. Выполнять броски и ловлю мяча.	Уметь доводить начатое дело до конца	Коррекция двигательной сферы на основе выполнения физических упражнений	Волейбольная сетка, мячи
55	Подачи, передачи, бросков и ловли мяча через сетку. Игра «Пионербол»	1	Доводить начатое дело до конца	Выполнять подачи, передачи, броски и ловлю мяча через сетку.	Оценивать жизненные ситуации с точки зрения общечеловеческих норм (плохо и хорошо).	Коррекция мышления на основе выполнения физических упражнений	Волейбольная сетка, мячи
56	Учебная игра в «Пионербол»	1	Приобретение положительных качества личности, умения управлять	Знать технику и правила игры	Уметь доводить начатое дело до конца	Коррекция двигательной сферы на основе выполнения	Волейбольная сетка, мячи

			своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях			физических упражнений	
57	Ведение мяча внутренней и внешней частью стопы по прямой линии.	1	Приобретение положительных качеств личности и умение управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Знать технику ведение мяча внутренней и внешней частью стопы по прямой линии.	Уметь слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его	Коррекция мелкой моторики кисти и пальцев рук на основе выполнения физических упражнений	Мячи
58	Ведение мяча внутренней и внешней частью стопы по дуге с остановками по сигналу и между стойками с обводкой.	1	Овладение этическими нормами поведения	Выполнять ведение мяча внутренней и внешней частью стопы по прямой линии.	Уметь оказать помощь одноклассникам	Коррекция зрительной памяти на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические мячи
59	Остановка катящегося мяча внутренней частью стопы. Игра вратаря.	1	Приобретение мотивации к работе на результат	Знать технику остановки катящегося мяча внутренней частью стопы	Положительная мотивация к учению	Коррекция пространственных представлений и ориентации на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические мячи
60	ТБ по легкой атлетике. Прыжок в длину с места.	1	Приобретение качеств личности, обеспечивающих социальную	Знать технику выполнения прыжка в длину с места.	Ответственно относиться к порученному делу	Коррекция наглядно-образного мышления на основе выполнения	Рулетка, гимнастичес

			мобильность, способность принимать самостоятельные решения	Выполнять прыжок в длину с места.		физических упражнений	кие скамейки
61	Прыжки в длину с места и с разбега.	1	Приобретение положительных качеств личности: честности, ответственности	Знать технику выполнения прыжков в длину с места и с разбега.	Быть уверенным в своих силах и успехе	Коррекция силовой выносливости на основе выполнения физических упражнений	Рулетка
62	Эстафета «Кто дальше прыгнет»	1	Приобретение навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умение находить выходы из спорных ситуаций	Знать правила спортивных состязаний	Испытывать желание достичь успехов в учебной деятельности.	Коррекция координации движения на основе выполнения физических упражнений	Рулетка, легкоатлетический барьер
63	Игры-эстафеты с гимнастическими палками.	1	Овладение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия	Знать правила спортивных состязаний	Дисциплинированность и собранность вовремя выполнения задания	Коррекция двигательных умений и навыков: быстроты, ловкости на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические палки, секундомер
64	Отжимания от пола.	1	Осознание необходимости укрепления и сохранения физического здоровья	Знать технику выполнения отжимания от пола.	Приобретение положительного отношения к процессу познания	Коррекция опорно-двигательного аппарата на основе выполнения физических упражнений	Скамейки, секундомер

65	Поднимание туловища из положения, лежа на спине	1	Приобретение адекватных представлений о собственных возможностях	Знать технику поднимания туловища из положения, лежа на спине	Проявление интереса к предмету	Коррекция эмоционально-личностной сферы на основе выполнения физических упражнений	Скамейки
66	Поднимание туловища из положения, лежа на спине за 1 мин.	1	Осознание значения физического развития для человека	Уметь поднимать туловище из положения, лежа на спине	Слушать и слышать учителя.	Коррекция нарушения в движениях (закрепощенность, неточность, несогласованность рук и ног) на основе выполнения физических упражнений	Малые мячи
67	Прыжки со скакалкой по одному и в тройках	1	Приобретение установки на безопасный, здоровый образ жизни	Знать технику выполнения прыжков со скакалкой один и в тройках	Соблюдать правила поведения на уроке физкультуры в спортивном зале.	Коррекция физического развития на основе выполнения физических упражнений	Скакалки
68	Бег на 400 м.	1	Приобретение положительных качеств личности: трудолюбия и упорство в достижении поставленных целей	Уметь выполнять стойку «низкий» старт	Положительно относиться к окружающей действительности	Коррекция соматического здоровья на основе выполнения физических упражнений	Секундомер, флажки
Итого							68

Развернутое календарно – тематическое планирование

8 класс

Планируемые результаты

Личностные

- проявляет уважительное отношение к чужому мнению;
- овладел социально бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;
- овладел навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- имеет адекватные представления о собственных возможностях;
- принял и освоил социальную роль обучающегося, приобрёл мотивацию к учебной деятельности, имеет социально значимые мотивы учебной деятельности;
- имеет сформированные навыки личной гигиены;
- имеет мотивацию к работе на результат;
- имеет навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;

Предметные

ФАООП определяет два уровня овладения предметными результатами: минимальный и достаточный

Минимальный уровень	Достаточный уровень
---------------------	---------------------

Предполагает сокращение объема сведений по сравнению с достаточным уровнем. Все задания выполняются со всеми видами помощи учителя, применять систему «наставничество» (прикреплять к слабому ученику более сильного ученика)

Гимнастика

Знать: правила поведения при выполнении строевых команд, гигиены после занятий физическими упражнениями; приемы выполнения команд: «Налево!», «Направо!»

Уметь: выполнять команды «Направо!», «Налево!», «Кругом!», соблюдать интервал; выполнять исходные положения с контролем зрения; реагировать на сигнал учителя; выполнять опорный прыжок через козла ноги врозь; сохранять равновесие на наклонной плоскости; преодолевать препятствия (с помощью учителя); переноска груза (по показу учителя)

Легкая атлетика

Знать: фазы прыжка в длину с разбега.

Уметь: выполнять (по показу) разновидности ходьбы; пробегать в медленном темпе 4 мин, бегать на время 60 м; выполнять прыжок в длину с разбега, прыгать в высоту

Лыжная подготовка

Знать: как бежать по прямой и по повороту; правила ухода за ботинками; как избежать травматизма при катании.

Уметь: координировать движения рук и ног при беге по повороту; свободное катание до 200—300 м; бежать в быстром темпе до 100 м.

Уметь: выполнять правильное падение, торможение.

Подвижные игры

Гимнастика

Знать: правила поведения при выполнении строевых команд, гигиены после занятий физическими упражнениями; приемы выполнения команд: «Налево!», «Направо!»

Уметь: выполнять команды «Направо!», «Налево!», «Кругом!», соблюдать интервал; выполнять исходные положения без контроля зрения; правильно и быстро реагировать на сигнал учителя; выполнять опорный прыжок через козла ноги врозь; сохранять равновесие на наклонной плоскости; выбирать рациональный способ преодоления препятствия; лазать по канату произвольным способом; выбирать наиболее удачный способ переноски груза.

Легкая атлетика

Знать: фазы прыжка в длину с разбега.

Уметь: выполнять разновидности ходьбы; пробегать в медленном темпе 4 мин, бегать на время 60 м; выполнять прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги» из зоны отталкивания не более 1 м, прыгать в высоту способом «перешагивание» с шагов разбега.

Лыжная подготовка

Знать: как бежать по прямой и по повороту; правила ухода за ботинками; как избежать травматизма при катании.

Уметь: координировать движения рук и ног при беге по повороту; свободное катание до 200—300 м; бежать на коньках в быстром темпе до 100 м.

Уметь: выполнять правильное падение; тормозить «полуплугом», «плугом».

<p>Знать: считалки, правила изученных подвижных игр (с помощью учителя)</p> <p>Уметь: выполнять разные роли в игре (ведущий, игрок)</p> <p style="text-align: center;"><i>Спортивные игры</i></p> <p><u>Пионербол</u></p> <p>Знать: расстановку игроков на площадке, правила перехода играющих.</p> <p>Уметь: подавать боковую подачу разыгрывать мяч на два паса.</p> <p><u>Баскетбол</u></p> <p>Знать: некоторые правила игры в баскетбол.</p> <p>Уметь: вести мяч; ловить и передавать мяч.</p>	<p style="text-align: center;"><i>Подвижные игры</i></p> <p>Знать: считалки, правила изученных подвижных игр. Уметь: выполнять разные роли в игре (ведущий, игрок)</p> <p style="text-align: center;"><i>Спортивные игры</i></p> <p><u>Пионербол</u></p> <p>Знать: расстановку игроков на площадке, правила перехода играющих.</p> <p>Уметь: подавать боковую подачу, разыгрывать мяч на три паса.</p> <p><u>Баскетбол</u></p> <p>Знать: правила игры в баскетбол, некоторые правила игры.</p> <p>Уметь: вести мяч с различными заданиями; ловить и передавать мяч.</p>
---	---

Базовые учебные действия

Личностные учебные действия	<p>-Положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию;</p> <p>- понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений о этических нормах и правилах поведения в современном обществе;</p> <p>- гордиться школьными успехами и достижениями как собственными, так и своих товарищей.</p>
Коммуникативные учебные действия:	<p>-Вступать в контакт и работать в коллективе (учитель – ученик, ученик –ученик, ученик –класс, учитель-класс);</p> <p>-использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;</p> <p>-слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;</p> <p>-сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;</p> <p>-доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми;</p>

	-договариваться и изменять свое поведение с учетом поведения других участников спорной ситуации.
Регулятивные учебные действия:	-Принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, осуществлять коллективный поиск средств их осуществления; -осознанно действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач; -осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; -самоконтроль в деятельности, адекватно реагировать на внешний контроль и оценку, корректировать в соответствии с ней свою деятельность.
Познавательные учебные действия:	-Использовать логические действия (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию, установление аналогий, закономерностей, причинно-следственных связей) на наглядном, доступном вербальном материале, основе практической деятельности в соответствии с индивидуальными возможностями; -применять начальные сведения о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и др.) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета и для решения познавательных и практических задач; - использовать в жизни и деятельности некоторые меж предметные знания, отражающие доступные существенные связи и отношения между объектами и процессами.

№ Дата	Раздел, тема	Количество часов	Планируемые результаты			Коррекционная направленность урока	Учебно – методическое сопровождение
			Личностные	Предметные	Базовые учебные действия		
1 четверть(16 часов)							
1	Строевые упражнения.	1	Осознание необходимости укрепления и	Знать технику стойки «высокий старт»	Соблюдать ритуалы урока.	Коррекция пространственных представлений и ориентации на основе	Секундомер

	Обучение понятию «высокий старт».		сохранения физического здоровья	Делать стойку из положения «высокий старт»		выполнения физических упражнений	
2	Бег с низкого старта на дистанцию 60м	1	Приобретение адекватных представлений о собственных возможностях	Знать технику стойки «низкий старт» Уметь бегать с положения «низкий старт»	Соблюдать правила поведения на уроке физкультуры в спортивном зале.	Коррекция зрительной памяти на основе выполнения физических упражнений	Секундомер, флажки
3	Стартовый контроль «Уровень физической подготовленности в начале года»	1	Понимание значения физического развития для человека	Знать основные строевые команды и приемы. Технику бега из положения «высокий старт», «низкий старт»	Положительно относиться к окружающей действительности	Коррекция пространственных представлений и ориентации на основе выполнения физических упражнений	Секундомер
4	Прыжок в длину с места.	1	Приобретение положительных качеств личности: трудолюбия и упорство в достижении поставленных целей	Знать технику выполнения прыжка в длину с места	Сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях	Коррекция опорно-двигательного аппарата на основе выполнения физических упражнений	Линейка
5	Метание малого мяча на дальность.	1	Активное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют упорство в достижении поставленных целей	Знать технику метание малого мяча на дальность	Договариваться и изменять свое поведение с учетом поведения других участников спортивной ситуации	Коррекция эмоционально-личностной сферы на основе выполнения физических упражнений	Мячи, рулетка

6	Эстафета «За мячом противника»	1	Принятие и освоение социальной роли обучающегося	Знать правила взаимодействия игроков в эстафете	Ориентироваться в пространстве	Коррекция мелкой моторики на основе выполнения физических упражнений	Мячи
7	Бег с изменением частоты шагов	1	Приобретение адекватных представлений о своих возможностях	Знать технику бега с изменением частоты шагов	Принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе	Коррекция опорно-двигательного аппарата на основе выполнения физических упражнений	Секундомер
8	Бег на выносливость. Контроль пульса.	1	Приобретение положительных качеств личности: упорство в достижении поставленных целей	Знать, что такое физические качества человека. Уметь контролировать пульс	Активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников	Коррекция эмоционально-личностной сферы на основе выполнения физических упражнений	Секундомер, мячи
9	Бег на 100 м с высокого старта.	1	Приобретение доброжелательного взаимодействия со сверстниками, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей	Уметь самостоятельно подбирать ритм и темп своего бега.	Соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами	Коррекция нарушения в движениях (закрепощенность, неточность, несогласованность рук и ног) на основе выполнения физических упражнений	Секундомер

10	Броски мяча через сетку двумя руками от плеча, сверху из-за головы, снизу.	1	Проявление эмоционально-нравственной отзывчивости	Выполнять броски и ловлю мяча; грамотно используя технику броска и ловли мяча во время игры	Сотрудничает со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях	Коррекция опорно-двигательного аппарата на основе выполнения физических упражнений	Секундомер
11	Перестроение в две шеренги, колонны. Подъем туловища из положения, лежа на спине	1	Приобретение начальных навыков адаптации в динамично развивающемся и меняющемся мире	Знать как вести себя в спортивном зале, соблюдая ТБ, выполнять подъем туловища из положения, лежа на спине	Понимать личную ответственность за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения	Коррекция опорно-двигательного аппарата на основе выполнения физических упражнений	Гимнастическая стенка, маты
12	Упражнения в паре. Подъем туловища за 1 мин.	1	Приобретение положительных качества личности, умения управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Уметь правильно выполнять подъем туловища за определенный отрезок времени	Проявлять самостоятельность в выполнении учебных заданий	Коррекция эмоционально-личностной сферы на основе выполнения физических упражнений	Линейка, гимнастические маты
13	Прыжки на одной и двух ногах разными способами. Прыжок в длину с разбега на мат.	1	Понимание необходимости укрепления и сохранения физического здоровья	Знать технику выполнения прыжка на одной и двух ногах разными способами. Уметь прыгать в длину с разбега .	Сравнивать различные точки зрения, считаться с мнением другого человека	Коррекция опорно-двигательного аппарата на основе выполнения физических упражнений	Линейка

14	Отжимание от пола.	1	Проявление положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Знать технику пролезания в обруч разными способами. Уметь отжиматься от пола	Стремление быть более успешным в учебной деятельности	Коррекция нарушения в движениях (закрепощенность, неточность, несогласованность рук и ног) на основе выполнения физических упражнений	Скамейка
15	Упражнения на гимнастических скамейках. Ползание по гимнастической скамейке.	1	Овладение этическими нормами поведения	Знать правила ТБ. Уметь ползать по гимнастической скамейке	Адекватная мотивация к учебной деятельности	Коррекция опорно-двигательного аппарата на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические скамейки
16	Парные упражнения. Техника прыжка в высоту способом «перешагивание».	1	Приобретение качеств личности, обеспечивающих социальную мобильность, способность принимать самостоятельные решения	Знать технику выполнения прыжка в высоту способом «перешагивания» Уметь прыгать на двух ногах (ноги вместе) и одной ногое сохраняя равновесие.	Адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	Коррекция нарушения в движениях (закрепощенность, неточность, несогласованность рук и ног) на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические скамейки
2 четверть (14 часов)							
17	Правила поведения на уроках гимнастики. Вис углом на	1	Приобретение установки на здоровый образ жизни, спокойное отношение к ошибке как	Знать ТБ на уроках гимнастики, выполнять упражнения на	Иметь устойчивый интерес к предмету	Коррекция опорно-двигательного аппарата на основе выполнения	Гимнастическая стенка, скамейка

	гимнастической стенке		«рабочей» ситуации, требующей коррекции; вера в себя	гимнастической стенке, выполнять «хваты» при выполнении «виса»		физических упражнений	
18	Элементы акробатики. Техника перекатов	1	Приобретение положительных качеств личности: последовательности и настойчивости при выполнении учебных заданий	Знать технику выполнения перекатов Выполнять акробатические элементы, перекаты в группировке	Уметь слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его	Коррекция эмоционально-личностной сферы на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические маты
19	Техника кувырка вперед.	1	Приобретение самостоятельности и личной ответственности за свои поступки действий	Знать технику выполнения кувырка вперед Выполнять акробатические упражнения (кувырок вперед), выполнять действия в круговой тренировке	Быть доброжелательным и эмоционально отзывчивым	Коррекция нарушения в движениях (закрепощенность, неточность, несогласованность рук и ног) на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические маты
20	Стойка на лопатках; кувырок вперед.	1	Принятие социальной роли «ученика»	Знать технику выполнения стойки на лопатках	Ответственно относится к выполнению домашнего задания.	Коррекция физического развития на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические маты
21	Упражнение «мост». Упражнения акробатики в разных сочетаниях.	1	Осознание личностного смысла учения и интерес к изучению	Знать, технику выполнения упражнения «мост».	Уметь доводить начатое дело до конца	Коррекция соматического здоровья на основе выполнения	Гимнастические маты

				Выполнять акробатические упражнения в разных сочетаниях		физических упражнений	
22	Ходьба по гимнастической скамейке разными способами.	1	Овладение этическими нормами поведения	Выполнять ходьбу по гимнастической скамейке разными способами	Оценивать жизненные ситуации с точки зрения общечеловеческих норм (плохо и хорошо).	Коррекция внимания на основе выполнения физических упражнений	Гимнастическая скамейка
23	Упражнение «цапля», «ласточка».	1	Приобретение положительных качеств личности: последовательности и настойчивости в работе	Выполнять упражнения «цапля», «ласточка» сохраняя равновесие	Уметь оказать помощь одноклассникам	Коррекция соматического здоровья на основе выполнения физических упражнений	Гимнастическая скамейка, маты
24	Правила безопасности в подвижных играх.	1	Приобретение опыта участия в совместной деятельности	Знать правила ТБ при проведении подвижных игр	Быть уверенным в своих силах и успехе	Коррекция соматического здоровья на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические маты
25	Правила страховки. Перекат назад в группировке и кувырок назад	1	Овладение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия	Знать правила страховки. Уметь страховать. Выполнять перекат назад в группировке и кувырке назад	Испытывать желание достичь успехов в учебной деятельности.	Коррекция внимания на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические маты, мячи

26	Ходьба на узкой рейке гимнастической скамейки	1	Понимание необходимости укрепления и сохранения физического здоровья	Знать технику ходьбы на узкой рейке гимнастической скамейки	Дисциплинированность и собранность вовремя выполнения задания	Коррекция физического развития на основе выполнения физических упражнений	Гимнастическая скамейка
27	Отрабатывать навык ходьбы по узкой рейке гимнастической скамейки; кувырка назад.	1	Приобретение адекватных представлений о собственных возможностях	Выполнять ходьбу по гимнастической рейке	Приобретение положительного отношения к процессу познания	Коррекция соматического здоровья на основе выполнения физических упражнений	Гимнастическая скамейка
28	Перемещение по гимнастической стенке. Кувырок вперед и назад.	1	Принятие и освоение социальной роли обучающегося	Выполнять перемещение по гимнастической стенке, кувырок вперед и назад.	Слушать и слышать учителя.	Коррекция физического развития на основе выполнения физических упражнений	Гимнастическая стенка
29	Кувырок в сторону.	1	Приобретение положительных качеств личности: трудолюбия и упорство в достижении поставленных целей	Знать технику выполнения кувырка в сторону. Выполнять кувырок в сторону.	Соблюдать правила поведения на уроке физкультуры в спортивном зале.	Коррекция внимания на основе на основе выполнения физических упражнений	Обручи, гимнастические скамейки
30	Выполнение акробатических упражнений.	1	Приобретение положительных качеств личности: упорство в достижении поставленных целей	Выполнять упражнения акробатики, соблюдая правила безопасности; самостоятельно контролируют качество выполнения упражнений	Сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях	Коррекция физического развития на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические маты, мячи

3 четверть (20часов)							
31	Правила безопасного поведения на уроках лыжной подготовки. Ходьба на лыжах.	1	Приобретение положительных качества личности, умения управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Знать ТБ на уроках лыжной подготовки. Основные техники ходьбы на лыжах.	Иметь устойчивый интерес к предмету	Коррекция памяти на основе упражнений в запоминании и воспроизведении	Лыжи
32	Повороты на месте переступанием вокруг носков и пяток лыж.	1	Понимают необходимость укрепления и сохранения физического здоровья	Знать правила поворотов переступанием на месте вокруг пяток лыж, выполнять повороты вправо и влево, соблюдать правила безопасного поведения на лыжах	Быть доброжелательным и эмоционально отзывчивым	Коррекция соматического здоровья на основе выполнения физических упражнений	Лыжи
33	Передвижение скользящим шагом по дистанции до 1000м.	1	Доводить начатое дело до конца	Уметь двигаться на лыжах скользящим шагом; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма на уроке	Ответственно относиться к порученному делу.	Коррекция внимания на основе на основе выполнения физических упражнений	Лыжи
34	Подъемы на лыжах различными способами, спуск в основной стойке и торможение палками.	1	Приобретение положительных качеств личности и умение управлять своими эмоциями в различных	Знать способы передвижения на лыжах; уметь спускаться с небольшого возвышения на лыжах	Уметь доводить начатое дело до конца	Коррекция двигательной сферы на основе выполнения физических упражнений	Лыжи

			нестандартных ситуациях	в средней стойке в соответствии с правилами безопасности			
35	Попеременный двухшажный ход без палок и с палками.	1	Овладение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия	Знать технику попеременного двухшажного хода без палок и с палками. Выполнять передвижения по дистанции скользящим шагом	Уметь слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его	Коррекция мелкой моторики кисти и пальцев рук на основе выполнения физических упражнений	Лыжи
36	Повороты приставными шагами. Подъем и спуск в основной стойке, торможение падением.	1	Приобретение адекватных представлений о собственных возможностях	Знать технику поворота приставными шагами	Положительная мотивация к учению	Коррекция пространственных представлений на основе выполнения физических упражнений	Лыжи
37	Передвижение попеременным двухшажным ходом по дистанции до 1000 м.	1	Принятие и освоение социальной роли обучающегося	Уметь правильно называть лыжный инвентарь; передвигаться на лыжах длительное время; выполнять упражнения по лыжной подготовке для закрепления учебного материала	Быть уверенным в своих силах и успехе	Коррекция силовой выносливости на основе выполнения физических упражнений	Лыжи

38	Торможение «плугом». передвижение на лыжах по дистанции до 1500м. в медленном темпе	1	Приобретение установки на безопасный, здоровый образ жизни	Знать технику выполнения торможение «плугом».	Испытывать желание достичь успехов в учебной деятельности.	Коррекция координации движения на основе выполнения физических упражнений	Лыжи
39	Повороты, подъем, спуск, торможение. Прохождение дистанции до 1500м. в среднем темпе	1	Активное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют упорство в достижении поставленных целей	Выполнять повороты, подъемы, спуск, торможение на лыжах	Приобретение положительного отношения к процессу познания	Коррекция опорно-двигательного аппарата на основе выполнения физических упражнений	Лыжи
40	Прохождение на лыжах 1000м в быстром темпе без учета времени	1	Принятие и освоение социальной роли обучающегося	Выполнять упражнения по лыжной подготовке для закрепления учебного материала	Проявление интереса к предмету	Коррекция эмоционально-личностной сферы на основе выполнения физических упражнений	Лыжи
41	Бросок и ловля малого мяча. Разучивание техники броска мяча одной рукой в цель.	1	Овладение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия	Знать технику броска мяча одной рукой в цель. Выполнять броски и ловлю малого мяча.	Вступать в контакт и работает в коллективе (учитель - ученик, ученик – ученик, ученик – класс, учитель-класс)	Коррекция внимания на основе на основе выполнения физических упражнений	Малые мячи
42	Ведение мяча на месте и в движении по прямой.	1	Приобретение адекватных представлений о собственных возможностях	Выполнять ведение мяча на месте, соблюдая правила	Сотрудничать со взрослыми и сверстниками в	Коррекция физического развития на основе выполнения	Мячи

				взаимодействия с игроками	разных социальных ситуациях	физических упражнений	
43	Ведение мяча в движении по прямой и «змейкой».	1	Осознание значения физического развития для человека	Выполнять ведение мяча на месте и в движении разными способами; соблюдать правила игры и взаимодействия с игроками	Договариваться и изменять свое поведение с учетом поведения других участников спорной ситуации	Коррекция соматического здоровья на основе выполнения физических упражнений	Мячи, конусы
44	Бросок мяча в кольцо способами «снизу» и «сверху».	1	Принятие и освоение социальной роли обучающегося	Выполнять бросок мяча в кольцо разными способами.	Ориентироваться в пространстве	Коррекция внимания на основе выполнения физических упражнений	Баскетбольное кольцо, мячи
45	Бросок мяча в кольцо разными способами; передач мяча в парах.	1	Приобретение установки на безопасный, здоровый образ жизни	Уметь выполнять бросок мяча в кольцо разными способами; контролировать силу и высоту броска	Иметь устойчивый интерес к предмету	Коррекция двигательной сферы на основе выполнения физических упражнений	Баскетбольное кольцо, мячи
46	Выполнение баскетбольных упражнений с мячом в парах.	1	Приобретение положительных качеств личности: трудолюбия и упорство в достижении поставленных целей	Знать технику броска мяча после его ведения. Выполнять бросок мяча в кольцо после ведения, передачу мяча в парах после ведения	Уметь слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его	Коррекция мышления на основе выполнения физических упражнений	Баскетбольные мячи

47	Ведение мяча с передвижением приставными шагами, бросок в кольцо.	1	Активное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют упорство в достижении поставленных целей	Знать технику ведение мяча с передвижением приставными шагами	Быть доброжелательным и эмоционально отзывчивым	Коррекция мелкой моторики кисти и пальцев рук на основе выполнения физических упражнений	Баскетбольное кольцо, мячи
48	Броски набивного мяча разными способами.		Принятие и освоение социальной роли обучающегося	Выполнять бросок мяча в кольцо разными способами; контролировать силу и высоту броска	Ответственно относится к выполнению домашнего задания.	Коррекция зрительной памяти на основе выполнения физических упражнений	Набивные мячи
49	Бросок малого и набивного мяча разными способами.	1	Приобретение адекватных представлений о своих возможностях	Знать технику бросков малого и набивного мяча разными способами. Выполнять броски мяча и ловлю высоко летящего мяч; соблюдать правила игры	Уметь доводить начатое дело до конца	Коррекция пространственных представлений и ориентации на основе выполнения физических упражнений	Набивные мячи
50	Эстафеты с мячом. «Веселые старты»	1	Приобретение положительных качеств личности: упорство в достижении поставленных целей	Знать комплекс ОРУ Уметь играть, соблюдая правила, контролируя свои действия и действия соперника	Оценивать жизненные ситуации с точки зрения общечеловеческих норм (плохо и хорошо).	Коррекция наглядно-образного мышления на основе выполнения физических упражнений	Набивные мячи, баскетбольные мячи, конусы

4 четверть (18 часа)

51	Передача волейбольного мяча в парах.	1	Проявление эмоционально-нравственной отзывчивости	Знать технику выполнения передачи волейбольного мяча. Выполнять передачу мяча в парах.	Иметь устойчивый интерес к предмету	Коррекция памяти на основе упражнений в запоминании и воспроизведении	Волейбольная сетка, мячи
52	Промежуточный контроль «Сдача контрольных нормативов»	1	Приобретение начальных навыков адаптации в динамично развивающемся и меняющемся мире	Знать технику «низкого» и «высокого» старта	Уметь слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его	Коррекция физического развития на основе выполнения физических упражнений	Волейбольная сетка, мячи
53	Подача мяча через сетку двумя руками из-за головы и одной рукой от плеча. Разучивание игры «Пионербол»	1	Приобретение доброжелательного взаимодействия со сверстниками, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей	Знать подачу мяча через сетку двумя руками из-за головы и одной рукой от плеча. Знать правила подвижных игр	Ответственно относится к выполнению домашнего задания.	Коррекция внимания на основе выполнения физических упражнений	Волейбольная сетка, мячи
54	Ловля высоко летящего мяча. Взаимодействие в команде. Игра «Пионербол»	1	Осознание необходимости укрепления и сохранения физического здоровья	Знать технику ловли высоко летящего мяча. Выполнять броски и ловлю мяча.	Уметь доводить начатое дело до конца	Коррекция двигательной сферы на основе выполнения физических упражнений	Волейбольная сетка, мячи
55	Поддачи, передачи, бросков и ловли мяча через сетку. Игра «Пионербол»	1	Доводить начатое дело до конца	Выполнять поддачи, передачи, броски и ловлю мяча через сетку.	Оценивать жизненные ситуации с точки зрения общечеловеческих	Коррекция мышления на основе выполнения физических упражнений	Волейбольная сетка, мячи

					норм (плохо и хорошо).		
56	Учебная игра в «Пионербол»	1	Приобретение положительных качества личности, умения управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Знать технику и правила игры	Уметь доводить начатое дело до конца	Коррекция двигательной сферы на основе выполнения физических упражнений	Волейбольная сетка, мячи
57	Ведение мяча внутренней и внешней частью стопы по прямой линии.	1	Приобретение положительных качеств личности и умение управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Знать технику ведения мяча внутренней и внешней частью стопы по прямой линии.	Уметь слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его	Коррекция мелкой моторики кисти и пальцев рук на основе выполнения физических упражнений	Мячи
58	Ведение мяча внутренней и внешней частью стопы по дуге с остановками по сигналу и между стойками с обводкой.	1	Овладение этическими нормами поведения	Выполнять ведение мяча внутренней и внешней частью стопы по прямой линии.	Уметь оказать помощь одноклассникам	Коррекция зрительной памяти на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические мячи

59	Остановка катящегося мяча внутренней частью стопы. Игра вратаря.	1	Приобретение мотивации к работе на результат	Знать технику остановки катящегося мяча внутренней частью стопы	Положительная мотивация к учению	Коррекция пространственных представлений и ориентации на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические мячи
60	ТБ по легкой атлетике. Прыжок в длину с места.	1	Приобретение качеств личности, обеспечивающих социальную мобильность, способность принимать самостоятельные решения	Знать технику выполнения прыжка в длину с места. Выполнять прыжок в длину с места.	Ответственно относиться к порученному делу	Коррекция наглядно-образного мышления на основе выполнения физических упражнений	Рулетка, гимнастические скамейки
61	Прыжки в длину с места и с разбега.	1	Приобретение положительных качеств личности: честности, ответственности	Знать технику выполнения прыжков в длину с места и с разбега.	Быть уверенным в своих силах и успехе	Коррекция силовой выносливости на основе выполнения физических упражнений	Рулетка
62	Эстафета «Кто дальше прыгнет»	1	Приобретение навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умение находить выходы из спорных ситуаций	Знать правила спортивных состязаний	Испытывать желание достичь успехов в учебной деятельности.	Коррекция координации движения на основе выполнения физических упражнений	Рулетка, легкоатлетический барьер
63	Игры-эстафеты с гимнастическими палками.	1	Овладение навыками коммуникации и принятыми нормами	Знать правила спортивных состязаний	Дисциплинирован	Коррекция двигательных умений и навыков: быстроты,	Гимнастические палки, секундомер

			социального взаимодействия		ность и собранность вовремя выполнения задания	ловкости на основе выполнения физических упражнений	
64	Отжимания от пола.	1	Осознание необходимости укрепления и сохранения физического здоровья	Знать технику выполнения отжимания от пола.	Приобретение положительного отношения к процессу познания	Коррекция опорно-двигательного аппарата на основе выполнения физических упражнений	Скамейки, секундомер
65	Поднимание туловища из положения, лежа на спине	1	Приобретение адекватных представлений о собственных возможностях	Знать технику поднимания туловища из положения, лежа на спине	Проявление интереса к предмету	Коррекция эмоционально-личностной сферы на основе выполнения физических упражнений	Скамейки
66	Поднимание туловища из положения, лежа на спине за 1 мин.	1	Осознание значения физического развития для человека	Уметь поднимать туловище из положения, лежа на спине	Слушать и слышать учителя.	Коррекция нарушения в движениях (закрепощенность, неточность, несогласованность рук и ног) на основе выполнения физических упражнений	Малые мячи
67	Прыжки со скакалкой по одному и в тройках	1	Приобретение установки на безопасный, здоровый образ жизни	Знать технику выполнения прыжков	Соблюдать правила поведения на уроке	Коррекция физического развития на основе выполнения	Скакалки

				со скакалкой один и в тройках	физкультуры в спортивном зале.	физических упражнений	
68	Бег на 500 м.	1	Приобретение положительных качеств личности: трудолюбия и упорство в достижении поставленных целей	Уметь выполнять стойку «низкий» старт	Положительно относиться к окружающей действительности	Коррекция соматического здоровья на основе выполнения физических упражнений	Секундомер, флажки
Итого							68

Развернутое календарно – тематическое планирование

9 класс

Планируемые результаты

Личностные

- проявляет уважительное отношение к чужому мнению;
- овладел социально бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;

- овладел навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- имеет адекватные представления о собственных возможностях;
- принял и освоил социальную роль обучающегося, приобрёл мотивацию к учебной деятельности, имеет социально значимые мотивы учебной деятельности;
- имеет сформированные навыки личной гигиены;
- имеет мотивацию к работе на результат;
- имеет навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;

Предметные

ФАООП определяет два уровня овладения предметными результатами: минимальный и достаточный

Минимальный уровень	Достаточный уровень
<p>Предполагает сокращение объема сведений по сравнению с достаточным уровнем. Все задания выполняются со всеми видами помощи учителя, применять систему «наставничество» (прикреплять к слабому ученику более сильного ученика)</p> <p>Гимнастика</p> <p>Знать: правила поведения при выполнении строевых команд, гигиены после занятий физическими упражнениями; приемы выполнения команд: «Налево!», «Направо!»</p> <p>Уметь: выполнять команды «Направо!», «Налево!», «Кругом!», соблюдать интервал; выполнять исходные положения с контролем зрения; реагировать на сигнал учителя; выполнять опорный прыжок через козла ноги врозь; сохранять равновесие на наклонной плоскости; преодолевать препятствия (с помощью учителя); переноска груза (по показу учителя)</p> <p>Легкая атлетика</p>	<p>Гимнастика</p> <p>Знать: правила поведения при выполнении строевых команд, гигиены после занятий физическими упражнениями; приемы выполнения команд: «Налево!», «Направо!»</p> <p>Уметь: выполнять команды «Направо!», «Налево!», «Кругом!», соблюдать интервал; выполнять исходные положения без контроля зрения; правильно и быстро реагировать на сигнал учителя; выполнять опорный прыжок через козла ноги врозь; сохранять равновесие на наклонной плоскости; выбирать рациональный способ преодоления препятствия; лазать по канату произвольным способом; выбирать наиболее удачный способ переноски груза.</p> <p>Легкая атлетика</p> <p>Знать: фазы прыжка в длину с разбега.</p> <p>Уметь: выполнять разновидности ходьбы; пробегать в медленном темпе 4 мин, бегать на время 60 м; выполнять прыжок в длину с</p>

Знать: фазы прыжка в длину с разбега.

Уметь: выполнять (по показу) разновидности ходьбы; пробегать в медленном темпе 4 мин, бегать на время 60 м; выполнять прыжок в длину с разбега, прыгать в высоту *Лыжная подготовка*

Знать: как бежать по прямой и по повороту; правила ухода за ботинками; как избежать травматизма при катании.

Уметь: координировать движения рук и ног при беге по повороту; свободное катание до 200—300 м; бежать в быстром темпе до 100 м.

Уметь: выполнять правильное падение, торможение.

Подвижные игры

Знать: считалки, правила изученных подвижных игр (с помощью учителя)

Уметь: выполнять разные роли в игре (ведущий, игрок)

Спортивные игры

Пионербол

Знать: расстановку игроков на площадке, правила перехода играющих.

Уметь: подавать боковую подачу разыгрывать мяч на два паса.

Баскетбол

Знать: некоторые правила игры в баскетбол.

Уметь: вести мяч; ловить и передавать мяч.

разбега способом «согнув ноги» из зоны отталкивания не более 1 м, прыгать в высоту способом «перешагивание» с шагов разбега.

Лыжная подготовка

Знать: как бежать по прямой и по повороту; правила ухода за ботинками; как избежать травматизма при катании.

Уметь: координировать движения рук и ног при беге по повороту; свободное катание до 200—300 м; бежать на коньках в быстром темпе до 100 м.

Уметь: выполнять правильное падение; тормозить «полуплугом», «плугом».

Подвижные игры

Знать: считалки, правила изученных подвижных игр. **Уметь:** выполнять разные роли в игре (ведущий, игрок)

Спортивные игры

Пионербол

Знать: расстановку игроков на площадке, правила перехода играющих.

Уметь: подавать боковую подачу, разыгрывать мяч на три паса.

Баскетбол

Знать: правила игры в баскетбол, некоторые правила игры.

Уметь: вести мяч с различными заданиями; ловить и передавать мяч.

Базовые учебные действия

Личностные учебные действия	<p>-Положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию;</p> <p>- понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений о этических нормах и правилах поведения в современном обществе;</p> <p>- гордиться школьными успехами и достижениями как собственными, так и своих товарищей.</p>
Коммуникативные учебные действия:	<p>-Вступать в контакт и работать в коллективе (учитель – ученик, ученик –ученик, ученик –класс, учитель-класс);</p> <p>-использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;</p> <p>-слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;</p> <p>-сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;</p> <p>-доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми;</p> <p>-договариваться и изменять свое поведение с учетом поведения других участников спорной ситуации.</p>
Регулятивные учебные действия:	<p>-Принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, осуществлять коллективный поиск средств их осуществления;</p> <p>-осознанно действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач;</p> <p>-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;</p> <p>-самоконтроль в деятельности, адекватно реагировать на внешний контроль и оценку, корректировать в соответствии с ней свою деятельность.</p>
Познавательные учебные действия:	<p>-Использовать логические действия (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию, установление аналогий, закономерностей, причинно-следственных связей) на наглядном, доступном вербальном материале, основе практической деятельности в соответствии с индивидуальными возможностями;</p> <p>-применять начальные сведения о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и др.) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета и для решения познавательных и практических задач;</p>

- использовать в жизни и деятельности некоторые меж предметные знания, отражающие доступные существенные связи и отношения между объектами и процессами.

№ Дата	Раздел, тема	Количество часов	Планируемые результаты			Коррекционная направленность урока	Учебно – методическое сопровождение
			Личностные	Предметные	Базовые учебные действия		
1 четверть(16 часов)							
1	Строевые упражнения. Обучение понятию «высокий старт».	1	Осознание необходимости укрепления и сохранения физического здоровья	Знать технику стойки «высокий старт» Делать стойку из положения «высокий старт»	Соблюдать ритуалы урока.	Коррекция пространственных представлений и ориентации на основе выполнения физических упражнений	Секундомер
2	Бег с низкого старта на дистанцию 60м	1	Приобретение адекватных представлений о собственных возможностях	Знать технику стойки «низкий старт» Уметь бегать с положения «низкий старт»	Соблюдать правила поведения на уроке физкультуры в спортивном зале.	Коррекция зрительной памяти на основе выполнения физических упражнений	Секундомер, флажки
3	Стартовый контроль «Уровень физической подготовленности в начале года	1	Понимание значения физического развития для человека	Знать основные строевые команды и приемы. Технику бега из положения «высокий старт», «низкий старт»	Положительно относиться к окружающей действительности	Коррекция пространственных представлений и ориентации на основе выполнения физических упражнений	Секундомер

4	Прыжок в длину с места.	1	Приобретение положительных качеств личности: трудолюбия и упорство в достижении поставленных целей	Знать технику выполнения прыжка в длину с места	Сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях	Коррекция опорно-двигательного аппарата на основе выполнения физических упражнений	Линейка
5	Метание малого мяча на дальность.	1	Активное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют упорство в достижении поставленных целей	Знать технику метание малого мяча на дальность	Договариваться и изменять свое поведение с учетом поведения других участников спорной ситуации	Коррекция эмоционально-личностной сферы на основе выполнения физических упражнений	Мячи, рулетка
6	Эстафета «За мячом противника»	1	Принятие и освоение социальной роли обучающегося	Знать правила взаимодействия игроков в эстафете	Ориентироваться в пространстве	Коррекция мелкой моторики на основе выполнения физических упражнений	Мячи
7	Бег с изменением частоты шагов	1	Приобретение адекватных представлений о своих возможностях	Знать технику бега с изменением частоты шагов	Принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе	Коррекция опорно-двигательного аппарата на основе выполнения физических упражнений	Секундомер
8	Бег на выносливость. Контроль пульса.	1	Приобретение положительных качеств личности: упорство в	Знать, что такое физические качества человека.	Активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои	Коррекция эмоционально-личностной сферы на основе выполнения	Секундомер, мячи

			достижении поставленных целей	Уметь контролировать пульс	действия и действия одноклассников	физических упражнений	
9	Бег на 100 м с высокого старта.	1	Приобретение доброжелательного взаимодействия со сверстниками, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей	Уметь самостоятельно подбирать ритм и темп своего бега.	Соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами	Коррекция нарушения в движениях (закрепощенность, неточность, несогласованность рук и ног) на основе выполнения физических упражнений	Секундомер
10	Броски мяча через сетку двумя руками от плеча, сверху из-за головы, снизу.	1	Проявление эмоционально-нравственной отзывчивости	Выполнять броски и ловлю мяча; грамотно используя технику броска и ловли мяча во время игры	Сотрудничает со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях	Коррекция опорно-двигательного аппарата на основе выполнения физических упражнений	Секундомер
11	Перестроение в две шеренги, колонны. Подъем туловища из положения, лежа на спине	1	Приобретение начальных навыков адаптации в динамично развивающемся и меняющемся мире	Знать как вести себя в спортивном зале, соблюдая ТБ, выполнять подъем туловища из положения, лежа на спине	Понимать личную ответственность за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения	Коррекция опорно-двигательного аппарата на основе выполнения физических упражнений	Гимнастическая стенка, маты
12	Упражнения в паре. Подъем туловища за 1 мин.	1	Приобретение положительных качества личности, умения управлять своими эмоциями в	Уметь правильно выполнять подъем туловища за	Проявлять самостоятельность в выполнении учебных заданий	Коррекция эмоционально-личностной сферы на основе выполнения	Линейка, гимнастические маты

			различных нестандартных ситуациях	определенный отрезок времени		физических упражнений	
13	Прыжки на одной и двух ногах разными способами. Прыжок в длину с разбега на мат.	1	Понимание необходимости укрепления и сохранения физического здоровья	Знать технику выполнения прыжка на одной и двух ногах разными способами. Уметь прыгать в длину с разбега .	Сравнивать различные точки зрения, считаться с мнением другого человека	Коррекция опорно-двигательного аппарата на основе выполнения физических упражнений	Линейка
14	Отжимание от пола.	1	Проявление положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Знать технику пролезания в обруч разными способами. Уметь отжиматься от пола	Стремление быть более успешным в учебной деятельности	Коррекция нарушения в движениях (закрепощенность, неточность, несогласованность рук и ног) на основе выполнения физических упражнений	Скамейка
15	Упражнения на гимнастических скамейках. Ползание по гимнастической скамейке.	1	Овладение этическими нормами поведения	Знать правила ТБ. Уметь ползать по гимнастической скамейке	Адекватная мотивация к учебной деятельности	Коррекция опорно-двигательного аппарата на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические скамейки
16	Парные упражнения. Техника прыжка в высоту способом «перешагивание».	1	Приобретение качеств личности, обеспечивающих социальную мобильность,	Знать технику выполнения прыжка в высоту способом «перешагивания»	Адекватно оценивать собственное поведение и	Коррекция нарушения в движениях (закрепощенность, неточность, несогласованность	Гимнастические скамейки

			способность принимать самостоятельные решения	Уметь прыгать на двух ногах (ноги вместе) и одной ногое сохраняя равновесие.	поведение окружающих	рук и ног) на основе выполнения физических упражнений	
2 четверть (14 часов)							
17	Правила поведения на уроках гимнастики. Вис углом на гимнастической стенке	1	Приобретение установки на здоровый образ жизни, спокойное отношение к ошибке как «рабочей» ситуации, требующей коррекции; вера в себя	Знать ТБ на уроках гимнастики, выполнять упражнения на гимнастической стенке, выполнять «хваты» при выполнении «виса»	Иметь устойчивый интерес к предмету	Коррекция опорно-двигательного аппарата на основе выполнения физических упражнений	Гимнастическая стенка, скамейка
18	Элементы акробатики. Техника перекатов	1	Приобретение положительных качеств личности: последовательности и настойчивости при выполнении учебных заданий	Знать технику выполнения перекатов Выполнять акробатические элементы, перекаты в группировке	Уметь слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его	Коррекция эмоционально-личностной сферы на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические маты

19	Техника кувырка вперед.	1	Приобретение самостоятельности и личной ответственности за свои поступки действий	Знать технику выполнения кувырка вперед Выполнять акробатические упражнения (кувырок вперед), выполнять действия в круговой тренировке	Быть доброжелательным и эмоционально отзывчивым	Коррекция нарушения в движениях (закрепощенность, неточность, несогласованность рук и ног) на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические маты
20	Стойка на лопатках; кувырок вперед.	1	Принятие социальной роли «ученика»	Знать технику выполнения стойки на лопатках	Ответственно относится к выполнению домашнего задания.	Коррекция физического развития на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические маты
21	Упражнение «мост». Упражнения акробатики в разных сочетаниях.	1	Осознание личностного смысла учения и интерес к изучению	Знать, технику выполнения упражнения «мост». Выполнять акробатические упражнения в разных сочетаниях	Уметь доводить начатое дело до конца	Коррекция соматического здоровья на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические маты
22	Ходьба по гимнастической скамейке разными способами.	1	Овладение этическими нормами поведения	Выполнять ходьбу по гимнастической скамейке разными способами	Оценивать жизненные ситуации с точки зрения общечеловеческих норм (плохо и хорошо).	Коррекция внимания на основе выполнения физических упражнений	Гимнастическая скамейка

23	Упражнение «цапля», «ласточка».	1	Приобретение положительных качеств личности: последовательности и настойчивости в работе	Выполнять упражнения «цапля», «ласточка» сохраняя равновесие	Уметь оказать помощь одноклассникам	Коррекция соматического здоровья на основе выполнения физических упражнений	Гимнастическая скамейка, маты
24	Правила безопасности в подвижных играх.	1	Приобретение опыта участия в совместной деятельности	Знать правила ТБ при проведении подвижных игр	Быть уверенным в своих силах и успехе	Коррекция соматического здоровья на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические маты
25	Правила страховки. Перекат назад в группировке и кувырок назад	1	Овладение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия	Знать правила страховки. Уметь страховать. Выполнять перекат назад в группировке и кувырке назад	Испытывать желание достичь успехов в учебной деятельности.	Коррекция внимания на основе на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические маты, мячи
26	Ходьба на узкой рейке гимнастической скамейки	1	Понимание необходимости укрепления и сохранения физического здоровья	Знать технику ходьбы на узкой рейке гимнастической скамейки	Дисциплинированность и собранность вовремя выполнения задания	Коррекция физического развития на основе выполнения физических упражнений	Гимнастическая скамейка
27	Отрабатывать навык ходьбы по узкой рейке гимнастической скамейки; кувырка назад.	1	Приобретение адекватных представлений о собственных возможностях	Выполнять ходьбу по гимнастической рейке	Приобретение положительного отношения к процессу познания	Коррекция соматического здоровья на основе выполнения физических упражнений	Гимнастическая скамейка

28	Перемещение по гимнастической стенке. Кувырок вперед и назад.	1	Принятие и освоение социальной роли обучающегося	Выполнять перемещение по гимнастической стенке, кувырок вперед и назад.	Слушать и слышать учителя.	Коррекция физического развития на основе выполнения физических упражнений	Гимнастическая стенка
29	Кувырок в сторону.	1	Приобретение положительных качеств личности: трудолюбия и упорство в достижении поставленных целей	Знать технику выполнения кувырка в сторону. Выполнять кувырок в сторону.	Соблюдать правила поведения на уроке физкультуры в спортивном зале.	Коррекция внимания на основе выполнения физических упражнений	Обручи, гимнастические скамейки
30	Выполнение акробатических упражнений.	1	Приобретение положительных качеств личности: упорство в достижении поставленных целей	Выполнять упражнения акробатики, соблюдая правила безопасности; самостоятельно контролируют качество выполнения упражнений	Сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях	Коррекция физического развития на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические маты, мячи
3 четверть (20 часов)							
31	Правила безопасного поведения на уроках лыжной подготовки. Ходьба на лыжах.	1	Приобретение положительных качеств личности, умения управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Знать ТБ на уроках лыжной подготовки. Основные техники ходьбы на лыжах.	Иметь устойчивый интерес к предмету	Коррекция памяти на основе упражнений в запоминании и воспроизведении	Лыжи

32	Повороты на месте переступанием вокруг носков и пяток лыж.	1	Понимают необходимость укрепления и сохранения физического здоровья	Знать правила поворотов переступанием на месте вокруг пяток лыж, выполнять повороты вправо и влево, соблюдать правила безопасного поведения на лыжах	Быть доброжелательным и эмоционально отзывчивым	Коррекция соматического здоровья на основе выполнения физических упражнений	Лыжи
33	Передвижение скользящим шагом по дистанции до 1000м.	1	Доводить начатое дело до конца	Уметь двигаться на лыжах скользящим шагом; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма на уроке	Ответственно относиться к порученному делу.	Коррекция внимания на основе выполнения физических упражнений	Лыжи
34	Подъемы на лыжах различными способами, спуск в основной стойке и торможение палками.	1	Приобретение положительных качеств личности и умение управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Знать способы передвижения на лыжах; уметь спускаться с небольшого возвышения на лыжах в средней стойке в соответствии с правилами безопасности	Уметь доводить начатое дело до конца	Коррекция двигательной сферы на основе выполнения физических упражнений	Лыжи
35	Попеременный двухшажный ход без палок и с палками.	1	Овладение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия	Знать технику попеременного двухшажного хода без палок и с палками.	Уметь слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его	Коррекция мелкой моторики кисти и пальцев рук на основе выполнения	Лыжи

				Выполнять передвижения по дистанции скользящим шагом		физических упражнений	
36	Повороты приставными шагами. Подъем и спуск в основной стойке, торможение падением.	1	Приобретение адекватных представлений о собственных возможностях	Знать технику поворота приставными шагами	Положительная мотивация к учению	Коррекция пространственных представлений на основе выполнения физических упражнений	Лыжи
37	Передвижение попеременным двухшажным ходом по дистанции до 1500 м.	1	Принятие и освоение социальной роли обучающегося	Уметь правильно называть лыжный инвентарь; передвигаться на лыжах длительное время; выполнять упражнения по лыжной подготовке для закрепления учебного материала	Быть уверенным в своих силах и успехе	Коррекция силовой выносливости на основе выполнения физических упражнений	Лыжи
38	Торможение «плугом». передвижение на лыжах по дистанции до 2500м. в медленном темпе	1	Приобретение установки на безопасный, здоровый образ жизни	Знать технику выполнения торможения «плугом».	Испытывать желание достичь успехов в учебной деятельности.	Коррекция координации движения на основе выполнения физических упражнений	Лыжи

39	Повороты, подъем, спуск, торможение. Прохождение дистанции до 1500м. в среднем темпе	1	Активное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют упорство в достижении поставленных целей	Выполнять повороты, подъемы, спуск, торможение на лыжах	Приобретение положительного отношения к процессу познания	Коррекция опорно-двигательного аппарата на основе выполнения физических упражнений	Лыжи
40	Прохождение на лыжах 1000м в быстром темпе без учета времени	1	Принятие и освоение социальной роли обучающегося	Выполнять упражнения по лыжной подготовке для закрепления учебного материала	Проявление интереса к предмету	Коррекция эмоционально-личностной сферы на основе выполнения физических упражнений	Лыжи
41	Бросок и ловля малого мяча. Разучивание техники броска мяча одной рукой в цель.	1	Овладение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия	Знать технику броска мяча одной рукой в цель. Выполнять броски и ловлю малого мяча.	Вступать в контакт и работает в коллективе (учитель - ученик, ученик – ученик, ученик – класс, учитель-класс)	Коррекция внимания на основе на основе выполнения физических упражнений	Малые мячи
42	Ведение мяча на месте и в движении по прямой.	1	Приобретение адекватных представлений о собственных возможностях	Выполнять ведение мяча на месте, соблюдая правила взаимодействия с игроками	Сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях	Коррекция физического развития на основе выполнения физических упражнений	Мячи
43	Ведение мяча в движении по прямой и «змейкой».	1	Осознание значения физического развития для человека	Выполнять ведение мяча на месте и в движении разными способами; соблюдать правила игры и	Договариваться и изменять свое поведение с учетом поведения других	Коррекция соматического здоровья на основе выполнения	Мячи, конусы

				взаимодействия с игроками	участников спорной ситуации	физических упражнений	
44	Бросок мяча в кольцо способами «снизу» и «сверху».	1	Принятие и освоение социальной роли обучающегося	Выполнять бросок мяча в кольцо разными способами.	Ориентироваться в пространстве	Коррекция внимания на основе выполнения физических упражнений	Баскетбольное кольцо, мячи
45	Бросок мяча в кольцо разными способами; передач мяча в парах.	1	Приобретение установки на безопасный, здоровый образ жизни	Уметь выполнять бросок мяча в кольцо разными способами; контролировать силу и высоту броска	Иметь устойчивый интерес к предмету	Коррекция двигательной сферы на основе выполнения физических упражнений	Баскетбольное кольцо, мячи
46	Выполнение баскетбольных упражнений с мячом в парах.	1	Приобретение положительных качеств личности: трудолюбия и упорство в достижении поставленных целей	Знать технику броска мяча после его ведения. Выполнять бросок мяча в кольцо после ведения, передачу мяча в парах после ведения	Уметь слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его	Коррекция мышления на основе выполнения физических упражнений	Баскетбольные мячи
47	Ведение мяча с передвижением приставными шагами, бросок в кольцо.	1	Активное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют упорство в достижении поставленных целей	Знать технику ведение мяча с передвижением приставными шагами	Быть доброжелательным и эмоционально отзывчивым	Коррекция мелкой моторики кисти и пальцев рук на основе выполнения физических упражнений	Баскетбольное кольцо, мячи
48	Броски набивного мяча разными способами.		Принятие и освоение социальной роли обучающегося	Выполнять бросок мяча в кольцо разными способами;	Ответственно относится к	Коррекция зрительной памяти на основе выполнения	Набивные мячи

				контролировать силу и высоту броска	выполнению домашнего задания.	физических упражнений	
49	Бросок малого и набивного мяча разными способами.	1	Приобретение адекватных представлений о своих возможностях	Знать технику бросков малого и набивного мяча разными способами. Выполнять броски мяча и ловлю высоко летящего мяч; соблюдать правила игры	Уметь доводить начатое дело до конца	Коррекция пространственных представлений и ориентации на основе выполнения физических упражнений	Набивные мячи
50	Эстафеты с мячом. «Веселые старты»	1	Приобретение положительных качеств личности: упорство в достижении поставленных целей	Знать комплекс ОРУ Уметь играть, соблюдая правила, контролируя свои действия и действия соперника	Оценивать жизненные ситуации с точки зрения общечеловеческих норм (плохо и хорошо).	Коррекция наглядно-образного мышления на основе выполнения физических упражнений	Набивные мячи, баскетбольные мячи, конусы
4 четверть (18 часа)							
51	Передача волейбольного мяча в парах.	1	Проявление эмоционально-нравственной отзывчивости	Знать технику выполнения передачи волейбольного мяча. Выполнять передачу мяча в парах.	Иметь устойчивый интерес к предмету	Коррекция памяти на основе упражнений в запоминании и воспроизведении	Волейбольная сетка, мячи
52	Промежуточный контроль «Сдача контрольных нормативов»	1	Приобретение начальных навыков адаптации в динамично	Знать технику «низкого» и «высокого» старта	Уметь слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его	Коррекция физического развития на основе выполнения	Волейбольная сетка, мячи

			развивающемся и меняющемся мире			физических упражнений	
53	Подача мяча через сетку двумя руками из-за головы и одной рукой от плеча. Разучивание игры «Пионербол»	1	Приобретение доброжелательного взаимодействия со сверстниками, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей	Знать подачу мяча через сетку двумя руками из-за головы и одной рукой от плеча. Знать правила подвижных игр	Ответственно относится к выполнению домашнего задания.	Коррекция внимания на основе выполнения физических упражнений	Волейбольная сетка, мячи
54	Ловля высоко летящего мяча. Взаимодействие в команде. Игра «Пионербол»	1	Осознание необходимости укрепления и сохранения физического здоровья	Знать технику ловли высоко летящего мяча. Выполнять броски и ловлю мяча.	Уметь доводить начатое дело до конца	Коррекция двигательной сферы на основе выполнения физических упражнений	Волейбольная сетка, мячи
55	Поддачи, передачи, бросков и ловли мяча через сетку. Игра «Пионербол»	1	Доводить начатое дело до конца	Выполнять поддачи, передачи, броски и ловлю мяча через сетку.	Оценивать жизненные ситуации с точки зрения общечеловеческих норм (плохо и хорошо).	Коррекция мышления на основе выполнения физических упражнений	Волейбольная сетка, мячи
56	Учебная игра в «Пионербол»	1	Приобретение положительных качества личности, умения управлять своими эмоциями в различных	Знать технику и правила игры	Уметь доводить начатое дело до конца	Коррекция двигательной сферы на основе выполнения физических упражнений	Волейбольная сетка, мячи

			нестандартных ситуациях				
57	Ведение мяча внутренней и внешней частью стопы по прямой линии.	1	Приобретение положительных качеств личности и умение управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Знать технику ведение мяча внутренней и внешней частью стопы по прямой линии.	Уметь слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его	Коррекция мелкой моторики кисти и пальцев рук на основе выполнения физических упражнений	Мячи
58	Ведение мяча внутренней и внешней частью стопы по дуге с остановками по сигналу и между стойками с обводкой.	1	Овладение этическими нормами поведения	Выполнять ведение мяча внутренней и внешней частью стопы по прямой линии.	Уметь оказать помощь одноклассникам	Коррекция зрительной памяти на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические мячи
59	Остановка катящегося мяча внутренней частью стопы. Игра вратаря.	1	Приобретение мотивации к работе на результат	Знать технику остановки катящегося мяча внутренней частью стопы	Положительная мотивация к учению	Коррекция пространственных представлений и ориентации на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические мячи
60	ТБ по легкой атлетике. Прыжок в длину с места.	1	Приобретение качеств личности, обеспечивающих социальную мобильность, способность принимать	Знать технику выполнения прыжка в длину с места. Выполнять прыжок в длину с места.	Ответственно относиться к порученному делу	Коррекция наглядно-образного мышления на основе выполнения физических упражнений	Рулетка, гимнастические скамейки

			самостоятельные решения				
61	Прыжки в длину с места и с разбега.	1	Приобретение положительных качеств личности: честности, ответственности	Знать технику выполнения прыжков в длину с места и с разбега.	Быть уверенным в своих силах и успехе	Коррекция силовой выносливости на основе выполнения физических упражнений	Рулетка
62	Эстафета «Кто дальше прыгнет»	1	Приобретение навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умение находить выходы из спорных ситуаций	Знать правила спортивных состязаний	Испытывать желание достичь успехов в учебной деятельности.	Коррекция координации движения на основе выполнения физических упражнений	Рулетка, легкоатлетический барьер
63	Игры-эстафеты с гимнастическими палками.	1	Овладение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия	Знать правила спортивных состязаний	Дисциплинированность и собранность вовремя выполнения задания	Коррекция двигательных умений и навыков: быстроты, ловкости на основе выполнения физических упражнений	Гимнастические палки, секундомер
64	Отжимания от пола.	1	Осознание необходимости укрепления и сохранения физического здоровья	Знать технику выполнения отжимания от пола.	Приобретение положительного отношения к процессу познания	Коррекция опорно-двигательного аппарата на основе выполнения физических упражнений	Скамейки, секундомер
65	Поднимание туловища из	1	Приобретение адекватных представлений о	Знать технику поднимания туловища	Проявление интереса к предмету	Коррекция эмоционально-личностной сферы на	Скамейки

	положения, лежа на спине		собственных возможностях	из положения, лежа на спине		основе выполнения физических упражнений	
66	Поднимание туловища из положения, лежа на спине за 1 мин.	1	Осознание значения физического развития для человека	Уметь поднимать туловище из положения, лежа на спине	Слушать и слышать учителя.	Коррекция нарушения в движениях (закрепощенность, неточность, несогласованность рук и ног) на основе выполнения физических упражнений	Малые мячи
67	Прыжки со скакалкой по одному и в тройках	1	Приобретение установки на безопасный, здоровый образ жизни	Знать технику выполнения прыжков со скакалкой один и в тройках	Соблюдать правила поведения на уроке физкультуры в спортивном зале.	Коррекция физического развития на основе выполнения физических упражнений	Скакалки
68	Бег на 500 м.	1	Приобретение положительных качеств личности: трудолюбия и упорство в достижении поставленных целей	Уметь выполнять стойку «низкий» старт	Положительно относиться к окружающей действительности	Коррекция соматического здоровья на основе выполнения физических упражнений	Секундомер, флажки
Итого							68

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 298758671356317544631232521185682992068791923286

Владелец Янченко Оксана Александровна

Действителен с 30.01.2024 по 29.01.2025