

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №1
г. БЕЛИНСКОГО ПЕНЗЕНСКОЙ ОБЛАСТИ
ИМЕНИ ВИССАРИОНА ГРИГОРЬЕВИЧА БЕЛИНСКОГО**

442250 Пензенская область, г. Белинский, ул. Ленина, д.47,
ИНН 5810004517 ОГРН 1025801069458
☎тел.(2-11-74)

Рассмотрено на заседании МО
учителей начальных классов
Протокол № 1 от 28.08.2023г.

Одобрено на заседании
педагогического совета
Протокол № 1 от 28.08.2023г.

«Утверждаю»
директор школы
_____ Котелкина С.Ю.
Приказ № 180 от 31.08.2023 г.

АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**для детей с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями)**

вариант 1

Орешина Кирилл

на 2023-2024 учебный год

адаптивная физическая культура

Уровень образования (класс)- начальное общее, 3 класс

Общее количество часов – 102

Количество часов в неделю – 3

Учитель: Антропова М.Ю.

г. Белинский

Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» МОУ СОШ №1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского составлена для учащихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), вариант 1 на основе федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (далее - ФГОС НОО) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (далее – ОВЗ) и примерной адаптированной основной общеобразовательной программы (далее – АООП) начального общего образования.

Цель программы: социализация обучающегося в обществе, укрепление здоровья и закаливание организма через различные формы занятий физическими упражнениями.

Задачи программы:

- формировать у обучающегося двигательные умения и навыки, развивать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, координацию, гибкость) и двигательные возможности в процессе обучения;
- воспитывать нравственные, морально-волевые качества, навыки культурного поведения, интерес к занятиям физическими упражнениями;
- укреплять здоровье, содействовать нормальному физическому развитию обучающегося.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

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

Основы знаний

Правила поведения в физкультурном зале и на спортивной площадке. Подготовка спортивной формы к занятиям, переодевание. Значение утренней зарядки.

I. Легкая атлетика

Ходьба.

Ходьба в различном темпе, с выполнениями упражнений для рук. Ходьба с контролем и без контроля зрения.

Бег.

Понятие *высокий старт*. Медленный бег до 3 мин (сильные дети). Бег в чередовании с ходьбой до 100м. челночный бег (3*5). Бег на скорость до 40м.

понятие *эстафетный бег* (встречная эстафета).

Прыжки.

Прыжки с ноги на ногу с продвижением вперёд, до 15м. прыжки в длину (место отталкивания не обозначено) способом *согнув ноги*. Ознакомление с прыжком с разбега способом *перешагивание*.

Опорные прыжки.

Подготовка к выполнению опорных прыжков. Прыжок боком через гимнастическую скамейку с опорой на руки. Прыжок в глубину из положения приседа. *Метание.*

Метание малого мяча левой рукой на дальность в горизонтальную и вертикальную цель с места.

II. Гимнастика

Строевые упражнения.

Построение в одну колонну, шеренгу. Размыкание и смыкание приставными шагами. Повороты на месте(направо, налево). Выполнение команд: «Шире шаг!», «Реже шаг!» *Элементы акробатических упражнений.*

Перекаты в группировке. Из положения лёжа на спине «мостик».2-3 кувырка вперед(строго индивидуально). *Лазанье.*

Лазанье по гимнастической стенке вверх и вниз разноимённым и одноимённым способами, в сторону приставными шагами, по наклонной скамейке с опорой на стопы и кисти рук.

Пролезание сквозь гимнастические обручи. *Висы и упоры.*

Вис на гимнастической стенке на согнутых руках. Упор на гимнастическом бревне и на скамейке, гимнастическом козле *Равновесие.*

Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через предмет, по рейке гимнастической скамейки, с доставанием предметов с пола в положении приседа. Стойка на одной ноге, другая в сторону, вперед, назад с различными положениями рук

Общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами (с флажками, гимнастическими палками, малыми обручами, большими и малыми мячами).

III. Подвижные игры

Игры с элементами ОРУ: «Шишки, жёлуди, орехи», «Самые сильные», «Мяч - соседу»; игры с бегом и прыжками: «Пятнашки маршем», « Прыжки по полоскам», «К своим флажкам»; игры с бросанием, ловлей и метанием: «Попади в цель», «Мяч - среднему», «Гонка мячей по кругу».

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Предметные результаты характеризуют опыт обучающихся в творческой двигательной деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе

освоения учебного предмета «Физическая культура». Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой. Предметные результаты, достигнутые обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), не являются основным критерием при принятии решения о переводе обучающегося в следующий класс и рассматриваются как одна из составляющих при оценке итоговых достижений.

Минимальный уровень:

- выполнять повороты на месте, команды: «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!»;
- уметь показывать комплекс упражнений ритмической гимнастики;
- знать все изученные игры и правила к ним;
- знать о значении дыхания в жизни человека;
- выполнять элементы прыжка в длину с 3-4 шагов;
- выполнять технику метания мяча в горизонтальную и вертикальную цель; - уметь правильно выполнять эстафетный и челночный бег. **Достаточный уровень:**
- уметь перестраиваться из одной шеренги в две, в три, знать все команды;
- выполнять акробатические упражнения без помощи учителя; -
- выполнять подтягивание в висе разными способами;
- выполнять технику бега с разных исходных положений; - выполнять различные элементы на снарядах;
- уметь последовательно объяснить правила игры.

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Эти качественные свойства проявляются, прежде всего, в положительном отношении учащихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью, накоплении необходимых знаний, а также в умении использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно-значимых результатов в физическом совершенстве.

Личностные:

- проявлять положительные качества личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- освоить социальную роль ученика, проявлять интерес к учению.
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общего интереса;

- иметь представления о здоровом и безопасном образе жизни: гигиенические навыки; охранительные режимные моменты (разминка, подвижные игры); Т\Б на уроках физкультуры **Познавательные:**
- ориентироваться в пространстве своего тела, спортивного зала под руководством учителя.
- уметь слушать, отвечать на вопросы учителя и самостоятельно их задавать;

Коммуникативные:

- участвовать в диалоге на уроке и в жизненных ситуациях, отвечать на вопросы учителя и товарищей по классу;
- оформлять свои мысли в устной речи с учетом своих учебных речевых ситуаций;
- слушать и понимать речь других, дополнять ответы.
- участвовать в паре, в работе группы во время занятий.

Регулятивные:

- уметь выполнять построение на урок, соблюдая все требования учителя; следовать режиму организации учебной деятельности;
- определять план выполнения заданий на уроках и в жизненных ситуациях под руководством учителя;
- выполнять физические упражнения с учетом требований безопасности.

Календарно – тематическое планирование

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

5			Разучивание техники бега на 30 метров из положения высокий старт	Формировать двигательные навыки и умения	Свисток, секундомер	математика
6			Разучивание техники челночного бега. Эстафетный бег.	Формировать двигательные навыки и умения	Свисток, секундомер	математика
7			Совершенствование и учет бега на 30м из положения высокий старт. Совершенствование техники челночного бега.	Формировать двигательные навыки и умения	Свисток, секундомер	математика
8			Разучивание техники метания малого мяча на дальность правой и левой руками.	Формировать двигательные навыки и умения	Свисток, секундомер	математика
9			Совершенствование техники метания малого мяча на дальность	Формировать двигательные навыки и умения	Свисток, секундомер	математика
10			Учет техники метания малого мяча на дальность	Формировать двигательные навыки и умения	Свисток, секундомер	математика

11			Разучивание техники прыжка в длину с места	Формировать двигательные навыки и умения	Свисток, секундомер	математика
12			Учет техники прыжка в длину с места	Содействовать коррекции недостатков в физическом развитии и моторики учащихся, а также их воспитанию	Свисток, секундомер, рулетка	математика
Подвижные игры 16 часов						
13			Промежуточный инструктаж по технике безопасности. Разучивание техники бросков и ловли мяча в парах. Подвижная игра	Содействовать коррекции недостатков в физическом развитии и моторики учащихся, а также их воспитанию	Свисток, мяч, секундомер	математика
14			Совершенствование техники бросков мяча в парах на точность. Подвижная игра	Содействовать коррекции недостатков в физическом развитии и моторики учащихся, а также их	Свисток, мяч, секундомер	математика

				воспитанию		
15			Индивидуальная работа с мячом	Содействовать коррекции недостатков в физического развития и моторики учащихся, а также их воспитанию	Свисток, мяч, секундомер	математика
16			Подвижные игры элементами ОРУ	Содействовать коррекции недостатков в физического развития и моторики учащихся, а также их воспитанию	Свисток, мяч, секундомер	математика
17			Беговые прыжковые подвижные игры	Содействовать коррекции недостатков в физического развития и моторики учащихся, а также их воспитанию	Свисток, мяч, секундомер	математика

18			Разучивание и совершенствование техники ритма и темпа.	Содействовать коррекции недостатков в физическом развитии и моторики учащихся, а также их воспитанию	Свисток, мяч, секундомер	математика
19			Подвижные игры с различными предметами, музыкальная разминка	Содействовать коррекции недостатков в физическом развитии и моторики учащихся, а также их воспитанию	Свисток, мяч, секундомер	математика
20			Совершенствование беговых и прыжковых подвижных игр.	Содействовать коррекции недостатков в физическом развитии и моторики учащихся, а также их воспитанию	Свисток, мяч, секундомер	математика
21			Разучивание техники командных	Содействовать коррекции недостатков	Свисток, мяч, секундомер	математика

			подвижных игр	в физического развития и моторики учащихся, а также их воспитанию		
22			Совершенствование техники командных подвижных игр	Содействовать коррекции недостатков в физического развития и моторики учащихся, а также их воспитанию	Свисток, мяч, секундомер	математика
23			Совершенствование техники игры «Точно в цель»	Содействовать коррекции недостатков в физического развития и моторики учащихся, а также их воспитанию	Свисток, мяч, секундомер	математика
24			Совершенствование техники подвижных игр с мячом	Содействовать коррекции недостатков в физического развития и моторики	Свисток, мяч, секундомер	математика

				учащихся, а также их воспитани ю		
25			Совершенство вание техники подвижных игр с предметами и без предметов	Сообщать знания по физическо й культуре	Программа специальны х (коррекцио нных) образовател ьных учреждений	матема тика
26			Совершенство вание техники подвижных игр с предметами и без предметов	Формирова ть двигательн ые навыки и умения	Маты, гимнастиче ская скамейка, гимнастиче ская стенка, гимнастиче ское бревно, секундомер, скакалка, обруч, мячи.	матема тика
27			Совершенство вание техники подвижных игр с предметами и без предметов	Формирова ть двигательн ые навыки и умения	Маты, гимнастиче ская скамейка, гимнастиче ская стенка, гимнастиче ское бревно, секундомер, скакалка, обруч, мячи.	матема тика
28			Совершенство вание техники подвижных	Формирова ть двигательн	Маты, гимнастиче ская	матема тика

			игр с предметами и без предметов	ые навыки и умения	скамейка, гимнастическая стенка, гимнастическое бревно, секундомер, скакалка, обруч, мячи.	
Гимнастика 11 часов.						
29			Промежуточный инструктаж по технике безопасности. Разучивание техники выполнения стойки на лопатках и моста из положения лежа.	Формировать двигательные навыки и умения	Маты, гимнастическая скамейка, гимнастическая стенка, гимнастическое бревно, секундомер, скакалка, обруч, мячи.	математика
30			Разучивание техники выполнения кувырка вперед.	Формировать двигательные навыки и умения	Маты, гимнастическая скамейка, гимнастическая стенка, гимнастическое бревно, секундомер, скакалка, обруч, мячи.	математика
31			Совершенствование техники выполнения	Формировать двигательные	Маты, гимнастическая скамейка,	математика

			кувырка вперед	ые навыки и умения	гимнастиче ская стенка, гимнастиче ское бревно, секундомер, скакалка, обруч, мячи.	
32			Разучивание техники выполнения кувырка назад	Формирова ть двигательн ые навыки и умения	Маты, гимнастиче ская скамейка, гимнастиче ская стенка, гимнастиче ское бревно, секундомер, скакалка, обруч, мячи.	матема тика
33			Круговая тренировка.	Формирова ть двигательн ые навыки и умения	Маты, гимнастиче ская скамейка, гимнастиче ская стенка, гимнастиче ское бревно, секундомер, скакалка, обруч, мячи.	матема тика
34			Разучивание техники акробатическо го соединения элементов	Формирова ть двигательн ые навыки и умения	Маты, гимнастиче ская скамейка, гимнастиче ская стенка, гимнастиче ское бревно,	матема тика

					секундомер, скакалка, обруч, мячи.	
35			Совершенство вание техники акробатического соединения элементов	Формировать двигательные навыки и умения	Маты, гимнастическая скамейка, гимнастическая стенка, гимнастическое бревно, секундомер, скакалка, обруч, мячи.	математика
36			Учет техники акробатического соединения элементов.	Формировать двигательные навыки и умения	Маты, гимнастическая скамейка, гимнастическая стенка, гимнастическое бревно, секундомер, скакалка, обруч, мячи.	математика
37			Круговая тренировка.	Формировать двигательные навыки и умения	Маты, гимнастическая скамейка, гимнастическая стенка, гимнастическое бревно, секундомер, скакалка,	математика

					обруч, мячи.	
38			Круговая тренировка.	Формирова ть двигательн ые навыки и умения	Маты, гимнастиче ская скамейка, гимнастиче ская стенка, гимнастиче ское бревно, секундомер, скакалка, обруч, мячи.	матема тика
39			Круговая тренировка.	Формирова ть двигательн ые навыки и умения	Маты, гимнастиче ская скамейка, гимнастиче ская стенка, гимнастиче ское бревно, секундомер, скакалка, обруч, мячи.	матема тика
Подвижные игры 9 часов						
40			Совершенство вание техники подвижных игр с элементами ОРУ	Формирова ть двигательн ые навыки и умения	Секундомер , скакалка, обруч, мячи, свисток	матема тика
41			Совершенство вание техники подвижных игр с	Формирова ть двигательн ые навыки и умения	Секундомер , скакалка, обруч, мячи, свисток	матема тика

			элементами ОРУ			
42			Разучивание техники строевых упражнений	Формирова ть двигательн ые навыки и умения	Секундомер , скакалка, обруч, мячи, свисток	матема тика
43			Совершенство вание техники строевых упражнений	Формирова ть двигательн ые навыки и умения	Секундомер , скакалка, обруч, мячи, свисток	матема тика
44			Совершенство вание техники строевых упражнений	Формирова ть двигательн ые навыки и умения	Секундомер , скакалка, обруч, мячи, свисток	матема тика
45			Общеразвиваю щие и корректирующ ие упражнения с предметами	Формирова ть двигательн ые навыки и умения	Секундомер , скакалка, обруч, мячи, свисток	матема тика
46			Общеразвиваю щие и корректирующ ие упражнения с предметами	Формирова ть двигательн ые навыки и умения	Секундомер , скакалка, обруч, мячи, свисток	матема тика
47			Совершенство вание техники игры «Вышибалы»	Формирова ть двигательн ые навыки и умения	Секундомер , скакалка, обруч, мячи, свисток	матема тика
48			Круговая тренировка	Формирова ть двигательн ые навыки и умения	Секундомер , скакалка, обруч, мячи, свисток	матема тика

Лыжи 14 часов						
49			Промежуточный инструктаж по технике безопасности при проведении занятий по лыжной подготовке.	Сообщать знания по физической культуре	Лыжи, палки, свисток, секундомер	математика
50			Разучивание техники скользящего шага без палок.	Формировать двигательные навыки и умения	Лыжи, палки, свисток, секундомер	математика
51			Разучивание техники ступающего шага	Формировать двигательные навыки и умения	Лыжи, палки, свисток, секундомер	математика
52			Разучивание техники поворотов переступанием без палок	Формировать двигательные навыки и умения	Лыжи, палки, свисток, секундомер	математика
53			Совершенствование техники ступающего шага	Формировать двигательные навыки и умения	Лыжи, палки, свисток, секундомер	математика
54			Совершенствование техники скользящего шага	Формировать двигательные навыки и умения	Лыжи, палки, свисток, секундомер	математика

55			Совершенство вание техники поворотов переступанием	Формировать двигательные навыки и умения	Лыжи, палки, свисток, секундомер	математика
56			Разучивание техники подъёмов и спусков.	Формировать двигательные навыки и умения	Лыжи, палки, свисток, секундомер	математика
57			Прохождение дистанции 300м	Формировать двигательные навыки и умения	Лыжи, палки, свисток, секундомер	математика
58			Разучивание техники скользящего шага с палками.	Формировать двигательные навыки и умения	Лыжи, палки, свисток, секундомер	математика
59			Совершенство вание техники скользящего шага с палками	Формировать двигательные навыки и умения	Лыжи, палки, свисток, секундомер	математика
60			Прохождение дистанции 1000м	Формировать двигательные навыки и умения	Лыжи, палки, свисток, секундомер	математика
61			Лыжи. Свободное катание	Формировать двигательные навыки и умения	Лыжи, палки, свисток, секундомер	математика

62			Лыжи. Свободное катание	Формировать двигательные навыки и умения	Лыжи, палки, свисток, секундомер	математика
Подвижные игры 16 часов						
63			Разучивание и совершенствование техники эстафет с предметами	Формировать двигательные навыки и умения	свисток, секундомер, обручи, скакалки, надувные мячи, теннисные мячи	математика
64			Разучивание и совершенствование техники эстафет с предметами	Содействовать коррекции недостатков в физическом развитии и моторики учащихся, а также их воспитанию	свисток, секундомер, обручи, скакалки, надувные мячи, теннисные мячи	математика
65			Разучивание и совершенствование техники эстафет с предметами	Содействовать коррекции недостатков в физическом развитии и моторики учащихся, а также их воспитанию	свисток, секундомер, обручи, скакалки, надувные мячи, теннисные мячи	математика

66			Разучивание и совершенствование техники эстафет с предметами	Содействовать коррекции недостатков в физическом развитии и моторики учащихся, а также их воспитанию	свисток, секундомер, обручи, скакалки, надувные мячи, теннисные мячи	математика
67			Подвижные игры с мячом	Содействовать коррекции недостатков в физическом развитии и моторики учащихся, а также их воспитанию	Свисток, мяч секундомер	математика
68			Подвижные игры с мячом	Содействовать коррекции недостатков в физическом развитии и моторики учащихся, а также их воспитанию	Свисток, мяч секундомер	математика
69			Подвижные игры с	Содействовать коррекции недостатков	Свисток, мяч секундомер	математика

			различными предметами	В физическом развитии и моторики учащихся, а также их воспитанию		
70			Подвижные игры с различными предметами	Содействовать коррекции недостатков в физическом развитии и моторики учащихся, а также их воспитанию	Свисток, мяч секундомер	математика
71			Разучивание техники силы удара заданным отскоком.	Содействовать коррекции недостатков в физическом развитии и моторики учащихся, а также их воспитанию	Свисток, мяч секундомер	математика
72			Совершенствование техники бросков мяча через волейбольную сетку	Содействовать коррекции недостатков в физическом развитии и моторики	Свисток, мяч секундомер	математика

				учащихся, а также их воспитани ю		
73			Совершенство вание техники бросков мяча через волейбольную сетку	Содействов ать коррекции недостатко в физическог о развития и моторики учащихся, а также их воспитани ю	Свисток, мяч секундомер	матема тика
74			Совершенство вание техники бросков мяча в парах на точность	Содействов ать коррекции недостатко в физическог о развития и моторики учащихся, а также их воспитани ю	Свисток, мяч секундомер	матема тика
75			Совершенство вание техники бросков мяча в парах на точность.	Содействов ать коррекции недостатко в физическог о развития и моторики учащихся, а также их	Свисток, мяч секундомер	матема тика

				воспитанию		
76			Подвижные игры и игровые упражнения с мячом	Содействовать коррекции недостатков в физического развития и моторики учащихся, а также их воспитанию	Свисток, мяч секундомер	математика
77			Подвижные игры и игровые упражнения с мячом	Содействовать коррекции недостатков в физического развития и моторики учащихся, а также их воспитанию	Свисток, мяч секундомер	математика
78			Разучивание техники броска набивного мяча от груди снизу.	Содействовать коррекции недостатков в физического развития и моторики учащихся, а также их воспитанию	Свисток, мяч секундомер	математика
Школа мяча 11 часов						

79			Основы баскетбола. Совершенство вание техники броска баскетбольног о мяча от груди снизу.	Содействов ать коррекции недостатко в физическог о развития и моторики учащихся, а также их воспитани ю	Свисток, мяч секундомер	матема тика
80			Разучивание техники ведения мяча.	Содействов ать коррекции недостатко в физическог о развития и моторики учащихся, а также их воспитани ю	Свисток, мяч секундомер	матема тика
81			Разучивание техники ведения мяча.	Содействов ать коррекции недостатко в физическог о развития и моторики учащихся, а также их воспитани ю	Свисток, мяч секундомер	матема тика
82			Разучивание техники	Содействов ать коррекции недостатко	Свисток, мяч секундомер	матема тика

			броска мяча по кольцу	в физического развития и моторики учащихся, а также их воспитанию		
83			Совершенство вание техники броска мяча по кольцу	Содействовать коррекции недостатков в физического развития и моторики учащихся, а также их воспитанию	Свисток, мяч секундомер	математика
84			Знакомство с волейбольным мячом	Содействовать коррекции недостатков в физического развития и моторики учащихся, а также их воспитанию	Свисток, мяч секундомер	математика
85			Совершенство вание техники броска волейбольного мяча в парах через сетку.	Содействовать коррекции недостатков в физического развития и моторики	Свисток, мяч секундомер	математика

				учащихся, а также их воспитани ю		
86			Совершенство вание техники броска волейбольного мяча в парах через сетку	Содействов ать коррекции недостатко в физическог о развития и моторики учащихся, а также их воспитани ю	Свисток, мяч секундомер	матема тика
87			Совершенство вание техники броска волейбольного мяча в парах через сетку	Содействов ать коррекции недостатко в физическог о развития и моторики учащихся, а также их воспитани ю	Свисток, мяч секундомер	матема тика
88			Разучивание техники игры «Перестрелка»	Содействов ать коррекции недостатко в физическог о развития и моторики учащихся, а также их	Свисток, мяч секундомер	матема тика

				воспитанию		
89			Совершенствование техники игры «Перестрелка»	Содействовать коррекции недостатков в физическом развитии и моторики учащихся, а также их воспитанию	Свисток, мяч секундомер	математика
Легкая атлетика 13 часов						
90			Промежуточный инструктаж по технике безопасности. Совершенствование техники низкого старта	Формировать двигательные навыки и умения	Свисток, секундомер	математика
91			Совершенствование и учет техники бега на 30м из положения высокий старт	Формировать двигательные навыки и умения	Свисток, секундомер	математика
92			Совершенствование техники бега на 60м из положения высокий старт	Формировать двигательные навыки и умения	Свисток, секундомер	математика
93			Разучивание техники низкого старта	Формировать двигательные навыки и умения	Свисток, секундомер	математика

			преследование м			
94			Совершенство вание техники низкого старта с преследование м.	Формирова ть двигательн ые навыки и умения	Свисток, секундомер	матема тика
95			Совершенство вание техники метания малого мяча на дальность	Формирова ть двигательн ые навыки и умения	Свисток, секундомер	матема тика
96			Совершенство вание техники челночного бега 0, 3x10	Формирова ть двигательн ые навыки и умения	Свисток, секундомер	матема тика
97			Совершенство вание техники челночного бега 3x10	Формирова ть двигательн ые навыки и умения	Свисток, секундомер	матема тика
98			Совершенство вание техники челночного бега 3x10	Формирова ть двигательн ые навыки и умения	Свисток, секундомер	матема тика
99			Совершенство вание техники прыжка в длину с места	Формирова ть двигательн ые навыки и умения	Свисток, секундомер	матема тика
100			Учет техники прыжка в длину с места	Формирова ть двигательн	Свисток, секундомер	матема тика

				ые навыки и умения		
101			Игровой урок	Формирова ть двигательн ые навыки и умения	Свисток, секундомер	матема тика
102			Итоговый игровой урок	Формирова ть двигательн ые навыки и умения	Свисток, секундомер	матема тика

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

В.М. Белов, В.С. Кувшинов, В. М. Мозговой // Уроки физической культуры в начальных классах пособие для учителя специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида /М.: Просвещение, 2009.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ

ИНТЕРНЕТ

Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru>