

## Пояснительная записка

**Класс:** 3 В.

**Учитель:** Вангаев Сергей Геннадьевич

**Количество часов**

**Всего 105 час, в неделю 3 часа.**

**Планирование составлено на основе**

1. Стандарта основного общего образования по физической культуре

2. Рабочая программа 1-4кл. под редакцией В. И. Ляха .Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации, Москва «Просвещение» 2010,

3. **Учебник:**

Физическая культура 1 – 4 классы, Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией В. И. Ляха .Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации, 6-е издание, Москва «Просвещение» 2011, 230с

Авторы: доктор педагогических наук В.И.Лях, кандидат педагогических наук А.А. Зданевич.

Данная рабочая программа по физической культуре составлена на основании следующих документов:

- Федерального закона от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями)

- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования;

- Образовательной программы основного общего образования в соответствии с ФГОС ООО Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Алексеевская средняя общеобразовательная школа №2 имени Героя Советского Союза Ивана Егоровича Кочнева Алексеевского муниципального района Республики Татарстан», утвержденной приказом №101 от 15 апреля 2019 года.

- Учебного плана Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Алексеевская средняя общеобразовательная школа №2 имени Героя Советского Союза Ивана Егоровича Кочнева Алексеевского муниципального района Республики Татарстан» на 2020 – 2021 учебный год (утвержденного решением педагогического совета (Протокол № 2, от 28 августа 2020 года)

### Планируемые результаты освоения учебного предмета

**Личностные результаты** освоения основной образовательной программы основного общего образования должны отражать

1) воспитание российской гражданской идентичности: патриотизм, уважение к Отечеству, прошлое и настоящее многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;

2) формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;

3) формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;

- 4) формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- 5) освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;
- 6) развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- 7) формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- 8) формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- 9) формирование основ экологической культуры соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;
- 10) осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- 11) развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера.

**Метапредметные результаты** освоения основной образовательной программы основного общего образования должны отражать:

- 1) умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- 2) умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- 3) умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- 4) умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;
- 5) владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- 6) умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- 7) умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- 8) смысловое чтение;
- 9) умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе; находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;

10) умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью;

11) формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее - ИКТ компетенции); развитие мотивации к овладению культурой активного пользования словарями и другими поисковыми системами;

12) формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

**Предметные результаты изучения предметной области «Физическая культура»**

1) понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;

2) овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, создание основы для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения, освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учетом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели;

3) приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма; освоение умения оказывать первую доврачебную помощь при легких травмах; обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий физической культурой, форм активного отдыха и досуга;

4) расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой посредством использования стандартных физических нагрузок и функциональных проб, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной целевой ориентацией;

5) формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности; овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности; расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" ГТО";

**Выпускник научится:**

- рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы ее развития, характеризовать основные направления и формы ее организации в современном обществе;

- характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;
- раскрывать базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;
- разрабатывать содержание самостоятельных занятий с физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать режим дня и учебной недели;
- руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;
- руководствоваться правилами оказания первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями; использовать занятия физической культурой, спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;
- составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корригирующей направленности, подбирать индивидуальную нагрузку с учетом функциональных особенностей и возможностей собственного организма;
- классифицировать физические упражнения по их функциональной направленности, планировать их последовательность и дозировку в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств;
- самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их;
- тестировать показатели физического развития и основных физических качеств, сравнивать их с возрастными стандартами, контролировать особенности их динамики в процессе самостоятельных занятий физической подготовкой;
- выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации движений);
- выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений;
- выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений;
- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и в прыжках (в длину и высоту);
- выполнять спуски и торможения на лыжах с пологого склона;
- выполнять основные технические действия и приемы игры в футбол, волейбол, баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;
- выполнять передвижения на лыжах различными способами, демонстрировать технику последовательного чередования их в процессе прохождения тренировочных дистанций;
- выполнять тестовые упражнения для оценки уровня индивидуального развития основных физических качеств.

#### **Выпускник получит возможность научиться:**

- характеризовать цель возрождения Олимпийских игр и роль Пьера де Кубертена в становлении современного олимпийского движения, объяснять смысл символики и ритуалов Олимпийских игр;

- характеризовать исторические вехи развития отечественного спортивного движения, великих спортсменов, принесших славу российскому спорту;
- определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма;
- вести дневник по физкультурной деятельности, включать в него оформление планов проведения самостоятельных занятий с физическими упражнениями разной функциональной направленности, данные контроля динамики индивидуального физического развития и физической подготовленности;
- проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, лыжных прогулок и туристических походов, обеспечивать их оздоровительную направленность;
- проводить восстановительные мероприятия с использованием банных процедур и сеансов оздоровительного массажа;
- выполнять комплексы упражнений лечебной физической культуры с учетом имеющихся индивидуальных отклонений в показателях здоровья;
- преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазания, прыжков и бега;
- осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта;
- выполнять тестовые нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»;
- выполнять технико-тактические действия национальных видов спорта;
- проплывать учебную дистанцию вольным стилем.

#### **Содержание курса физической культуры в 1–4 классах**

Физическое воспитание в основной школе должно обеспечить физическое, эмоциональное, интеллектуальное и социальное развитие личности обучающихся, формирование и развитие установок активного, здорового образа жизни.

Освоение учебного предмета «Физическая культура» направлено на развитие двигательной активности обучающихся, достижение положительной динамики в развитии основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма, формирование потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом.

В процессе освоения предмета «Физическая культура» на уровне основного общего образования формируется система знаний о физическом совершенствовании человека, приобретает опыт организации самостоятельных занятий физической культурой с учётом индивидуальных особенностей и способностей, формируются умения применять средства физической культуры для организации учебной и досуговой деятельности.

С целью формирования у учащихся ключевых компетенций, в процессе освоения предмета «Физическая культура» используются знания из других учебных предметов: «Биология», «Математика», «Физика», «География», «Основы безопасности жизнедеятельности», «Иностранный язык», «Музыка» и др.

Физическая культура как область знаний

История и современное развитие физической культуры

Олимпийские игры древности. Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения.

Олимпийское движение в России. Современные Олимпийские игры. Физическая культура

в современном обществе. Организация и проведение пеших туристических походов.

Требования техники безопасности и бережного отношения к природе.

Современное представление о физической культуре (основные понятия)

Физическое развитие человека. Физическая подготовка, ее связь с укреплением здоровья, развитием физических качеств. Организация и планирование самостоятельных занятий по развитию физических качеств. Техника движений и ее основные показатели. Спорт и спортивная подготовка. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне».

## Физическая культура человека

Здоровье и здоровый образ жизни. Коррекция осанки и телосложения. Контроль и наблюдение за состоянием здоровья, физическим развитием и физической подготовленностью. Требования безопасности и первая помощь при травмах во время занятий физической культурой и спортом. Способы двигательной (физкультурной) деятельности

Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой

-Подготовка к занятиям физической культурой (выбор мест занятий, инвентаря и одежды, планирование занятий с разной функциональной направленностью). Подбор упражнений и составление индивидуальных комплексов для утренней зарядки, физкультминуток, физкультпауз, коррекции осанки и телосложения. Составление планов и самостоятельное проведение занятий спортивной подготовкой, прикладной физической подготовкой с учетом индивидуальных показаний здоровья и физического развития. Организация досуга средствами физической культуры.

Оценка эффективности занятий физической культурой

Самонаблюдение и самоконтроль. Оценка эффективности занятий. Оценка техники осваиваемых упражнений, способы выявления и устранения технических ошибок. Измерение резервов организма (с помощью простейших функциональных проб).

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность

Комплексы упражнений для оздоровительных форм занятий физической культурой. Комплексы упражнений современных оздоровительных систем физического воспитания, ориентированных на повышение функциональных возможностей организма, развитие основных физических качеств. Индивидуальные комплексы адаптивной физической культуры (при нарушении опорно-двигательного аппарата, центральной нервной системы, дыхания и кровообращения, при близорукости).

Спортивно-оздоровительная деятельность

Гимнастика с основами акробатики: организующие команды и приемы. Акробатические упражнения и комбинации. Гимнастические упражнения и комбинации на спортивных снарядах (опорные прыжки, упражнения на гимнастическом бревне (девочки), упражнения на перекладине (мальчики), упражнения и комбинации на гимнастических брусьях, упражнения на параллельных брусьях (мальчики), упражнения на разновысоких брусьях (девочки). Ритмическая гимнастика с элементами хореографии (девочки). Легкая атлетика: беговые упражнения. Прыжковые упражнения. Упражнения в метании малого мяча. Спортивные игры: технико-тактические действия и приемы игры в футбол, мини-футбол, волейбол, баскетбол. Правила спортивных игр. Игры по правилам. Национальные виды спорта: технико-тактические действия и правила. Плавание. Вхождение в воду и передвижения по дну бассейна. Подводящие упражнения в лежании на воде, всплывании и скольжении. Плавание на груди и спине вольным стилем. Лыжные гонки: передвижение на лыжах разными способами. Подъемы, спуски, повороты, торможения.

Прикладно-ориентированная физкультурная деятельность

Прикладная физическая подготовка: ходьба, бег и прыжки, выполняемые разными способами в разных условиях; лазание, перелезание, ползание; метание малого мяча по движущейся мишени; преодоление препятствий разной сложности; передвижение в висах и упорах. Полосы препятствий, включающие разнообразные прикладные упражнения. Общефизическая подготовка. Упражнения, ориентированные на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости, ловкости). Специальная физическая подготовка. Упражнения, ориентированные на развитие специальных физических качеств, определяемых базовым видом спорта (гимнастика с основами акробатики, легкая атлетика, лыжные гонки, плавание, спортивные игры).

**Содержание учебного предмета.**

**История и современное развитие физической культуры**

- *Олимпийские игры древности .Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения. Олимпийское движение в России. Современные Олимпийские игры. Физическая культура в современном обществе. Организация и проведение пеших туристических походов. Требования техники безопасности и бережного отношения к природе.*

#### **- Современное представление о физической культуре (основные понятия)**

- Физическое развитие человека. *Физическая подготовка, ее связь с укреплением здоровья, развитием физических качеств.* Организация и планирование самостоятельных занятий по развитию физических качеств. Техника движений и ее основные показатели. *Спорт и спортивная подготовка. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне».*

#### **- Физическая культура человека**

- Здоровье и здоровый образ жизни. Коррекция осанки и телосложения. Контроль и наблюдение за состоянием здоровья, физическим развитием и физической подготовленностью. Требования безопасности и первая помощь при травмах во время занятий физической культурой и спортом.

#### **- Способы двигательной (физкультурной) деятельности**

#### **- Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой**

- Подготовка к занятиям физической культурой (выбор мест занятий, инвентаря и одежды, планирование занятий с разной функциональной направленностью). Подбор упражнений и составление индивидуальных комплексов для утренней зарядки, физкультминуток, физкультпауз, коррекции осанки и телосложения. *Составление планов и самостоятельное проведение занятий спортивной подготовкой, прикладной физической подготовкой с учетом индивидуальных показаний здоровья и физического развития.* Организация досуга средствами физической культуры.

#### **- Оценка эффективности занятий физической культурой**

- Самонаблюдение и самоконтроль. Оценка эффективности занятий. Оценка техники осваиваемых упражнений, способы выявления и устранения технических ошибок. Измерение резервов организма (с помощью простейших функциональных проб).

#### **- Физическое совершенствование**

#### **- Физкультурно-оздоровительная деятельность**

- Комплексы упражнений для оздоровительных форм занятий физической культурой. Комплексы упражнений современных оздоровительных систем физического воспитания, ориентированных на повышение функциональных возможностей организма, развитие основных физических качеств. *Индивидуальные комплексы*

*адаптивной физической культуры (при нарушении опорно-двигательного аппарата, центральной нервной системы, дыхания и кровообращения, при близорукости).*

#### **- Спортивно-оздоровительная деятельность**

- Гимнастика с основами акробатики: организующие команды и приемы. Акробатические упражнения и комбинации. Гимнастические упражнения и комбинации на спортивных снарядах (опорные прыжки, упражнения на гимнастическом бревне (девочки), упражнения на перекладине (мальчики), упражнения и комбинации на гимнастических брусьях, упражнения на параллельных брусьях (мальчики), упражнения на разновысоких брусьях (девочки). Ритмическая гимнастика с элементами хореографии (девочки). Легкая атлетика: беговые упражнения. Прыжковые упражнения. Упражнения в метании малого мяча. Спортивные игры: технико-тактические действия и приемы игры в футбол, *мини-футбол*, волейбол, баскетбол. Правила спортивных игр. Игры по правилам. *Национальные виды спорта: технико-тактические действия и правила. Плавание. Вхождение в воду и передвижения по дну бассейна. Подводящие упражнения в лежании на воде, всплывании и скольжении. Плавание на груди и спине вольным стилем.* Лыжные гонки:<sup>1</sup> передвижение на лыжах разными способами. Подъемы, спуски, повороты, торможения.

#### **- Прикладно-ориентированная физкультурная деятельность**

- *Прикладная физическая подготовка: ходьба, бег и прыжки, выполняемые разными способами в разных условиях; лазание, перелезание, ползание; метание малого мяча по движущейся мишени; преодоление препятствий разной сложности; передвижение в висах и упорах. Полосы препятствий, включающие разнообразные прикладные упражнения.*
- Роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, профилактике вредных привычек.
- *Олимпийские игры древности и современности.*
- Физические качества.
- Правила поведения и техники безопасности при выполнении физических упражнений.
- *Нормы этического общения и коллективного взаимодействия в игровой и соревновательной деятельности.* Правила соревнований из базовых видов спорта.

**Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности учащихся**

№ п/п	Тема урока	Элементы содержания	Вид учебной деятельности.	Дата проведения	
				по плану	по факту
<b>Лёгкая атлетика 17 часов</b>					
1	ТБ на уроках л/а. История зарождения физической культуры. Строевые упражнения	ТБ на уроках л/а. ОЗФК: История зарождения физической культуры на территории Древней Руси. Строевые упражнения: повороты направо, налево в движении. П/и «Вызов номеров».	Знакомство с правилами поведения на занятиях лёгкой атлетикой. Наблюдение за демонстрация ми учителя, ошибки при выполнении метания в цель.	2.09	
2	Перестроение из колонны по одному в колонну по три Передвижение по диагонали, русская народная игра «У медведя во бору».	Строевые упражнения: повороты направо, налево в движении. Перестроение из колонны по одному в колонну по три. П/и «Пустое место» Перестроение из колонны по одному в колонну по три. Разучить передвижение по диагонали. П/и «Передал - садись»	Знакомство с техникой перестраивания из колонны по одному в колонну по три; передвижения по диагонали. Освоение техники ходьбы в разном темпе. Выполнять ходьбу в разном темпе под звуковые сигналы.	7.09	
3	Ходьба в разном темпе под звуковые сигналы	Передвижение по диагонали. Разучить ходьбу в разном темпе под звуковые сигналы. П/и «Передал -садись»	Выполнение ходьбы в разном темпе под звуковые сигналы.	9.09	
4	Ходьба с изменением длины и частоты шагов	Ходьба в разном темпе под звуковые сигналы. Разучить ходьбу с изменением длины и частоты шагов. Повторить бег на носочках. П/и «Запрещенное движение»	Выполнение ходьбы в разном темпе под звуковые сигналы.	14.09	
5	Челночный бег 3х10 м. Бег с изменением частоты и длины шагов	Ходьба с изменением длины и частоты шагов. Челночный бег 3х10 м. П/и «Мяч соседу» Разучить бег с изменением частоты и длины шагов. Повторить прыжки через скакалку на двух ногах, вращая ее вперед. П/и «Невод». Развивать прыгучесть.	Освоение техники ходьбы с изменением длины и частоты шагов. Упражнения на координацию и быстроту во время выполнения челночного бега 3х10 м. ОВЗ Изучение техники выполнения челночного бега Освоение техники бега с изменением частоты и длины шагов Осваивать технику бега различными способами. ОВЗ Изучение техники бега с изменением частоты и длины шагов	16.09	

6	Ходьба с перешагиванием через несколько скамеек Прыжки на двух ногах через скакалку с вращением назад	Бег с изменением частоты и длины шагов. Разучить ходьбу с перешагиванием через скамейки. П/и «Третий лишний». Ходьба с перешагиванием через несколько скамеек. Разучить прыжки на двух ногах через скакалку с вращением назад. П/и «Воробьи, вороны». Развивать координацию движений.	Освоение техники ходьбы с перешагиванием через несколько скамеек; правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений. ОВЗ Изучение правил ходьбы с перешагиванием через несколько скамеек Освоение техники прыжков на двух ногах через скакалку с вращением назад. ОВЗ Изучение техники прыжков на двух ногах через скакалку	21.09	
7	Равномерный медленный бег, белорусская народная игра «Ёжик и мыши».	Равномерный медленный бег. Прыжки на двух ногах через скакалку с вращением назад. П/и «Охотники и утки». Воспитывать выносливость.	Работа в парах и группах при выполнении технических действий в подвижной игре. ОВЗ Изучение правил игра «Ёжик и мыши».	23.09	
8	Метание теннисного мяча в вертикальную цель Метание теннисного мяча в горизонтальную цель	Комплекс упражнений с гимнастическими палками, направленный на формирование правильной осанки. Бег из различных исходных положений. Метание теннисного мяча в вертикальную цель с 5 метров. П/и «Попади в мяч». Прыжки в высоту с прямого разбега. Метание теннисного мяча в горизонтальную цель с 5 метров.	Освоение техники метания теннисного мяча в цель. Выявлять характерные ошибки при выполнении метания в цель. Излагать правила и условия проведения игры «Попади в мяч». Выявление характерных ошибок при выполнении метания в горизонтальную цель. Осваивать технику прыжка в высоту с прямого разбега		
9	ТБ при подвижных играх. Ловля и бросок мяча	ТБ при подвижных играх. Ловля и бросок мяча. П/и «Передал -садись».	Правила поведения при проведении подвижных игр.	28.09	
10	Понятие о физической подготовке и её влиянии на развитие основных физических качеств.	Понятие о физической подготовке и её влиянии на развитие основных физических качеств. Ловля и бросок мяча. П/и «Передал-садись». Воспитывать взаимопомощь.	Выполнение передач в игре «Передал-садись». Проявлять быстроту при выполнении передачи.	30.09	
11	Ловля и бросок мяча на месте в треугольниках Ловля и бросок мяча на месте в квадратах.	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках. Броски мяча двумя руками снизу, из-за головы, от плеча. П/и «Гонка мячей по кругу» Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, квадратах, кругах. Броски мяча двумя руками снизу, из-за головы, от плеча. П/и «Мышеловка»	Выполнение броска мяча одной рукой от плеча в игре «Перестрелка». Проявлять качества быстроты и координации в игре. Выполнение передачи в игре «Передал-садись». Проявлять быстроту при выполнении передачи.	5.10	
12	Ловля и бросок мяча в цель	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках,	Выполнение броска мяча в цель	7.10	

		квadrатах, кругах. Бросок мяча в цель. П/и «Подвижная цель»			
13	Ловля и бросок мяча в цель в ходьбе, медленном беге	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, квадратах, кругах. Бросок мяча в цель в ходьбе, медленном беге. П/и «Подвижная цель».	Выполнение броска мяча в цель в ходьбе, медленном беге. ОВЗ Выполнение броска мяча в цель	12.10	
14	Передача мяча в парах стоя на месте	Передача мяча в парах стоя на месте, по кругу, в шеренге. Броски одной рукой. П/и «Вызов по имени»	Выполнение передачи мяча в парах стоя на месте	14.10	
15	Ловля и передача мяча в парах в движении Ловля и передача мяча, броски мяча в движении.	Ловля и передача мяча в парах в движении. Передача мяча в колонне справа, слева, над головой, между ног. П/и «Перестрелка». Воспитывать взаимопомощь. Ловля, передачи и броски мяча в движении. Ведение мяча индивидуально правой, левой рукой в движении по прямой шагом. П/и «Охотники и утки»	Выполнение передачи мяча в парах в движении. ОВЗ Изучение техники передачи мяча в парах в движении Выполнение ловли и передача мяча, броски мяча в движении. ОВЗ Выполнение ловли и передача мяча	19.10	
16	Ведение мяча с изменением направления движения бегом.	Ведение мяча с изменением направления движения бегом. П/и «Эстафета с ведением мяча». Воспитывать взаимопомощь	Обучение ведению мяча с изменением направления движения бегом. ОВЗ Обучение ведению мяча с изменением направления движения шагом.	21.10	
17	Броски мяча в цель. Ведение мяча Подвижные игры	Бросок мяча в цель. Ведение мяча правой, левой рукой в движении по прямой бегом. П/и «Попади в обруч» Подвижные игры по выбору учеников. П/и «Перестрелка». Воспитывать взаимопомощь.	Выполнение ведения мяча и бросков в цель. ОВЗ Выполнение бросков в цель. Общение и взаимодействие в игровой деятельности.	26.10	
<b>Гимнастика с основами акробатики 15 часов</b>					
18	ТБ на занятиях гимнастикой. Строевые упражнения	ТБ на занятиях гимнастикой. Строевые упражнения. Ходьба на носках по перевернутой скамейке. П/и «Запрещенное движение».	Работа над правилами поведения на уроках гимнастики. Описывать технику разучиваемых упражнений.	28.10	
19	Кувырок вперед.	Кувырок вперед из упора присев. Повторить стойку на лопатках из седа согнув ноги. П/и «Не давай мяч водящему».	Выполнение кувырка вперед и стойки на лопатках. ОВЗ Изучение техники кувырка вперед.	9.11	

20	Сведения о физической нагрузке и её влиянии на частоту сердечных сокращений Лазание по гимнастической стенке.	Сведения о физической нагрузке и её влиянии на частоту сердечных сокращений (ЧСС). Обучать выполнению 3 кувырков вперед. П/и «Не давай мяч водящему». Кувырки вперед. Лазание по гимнастической стенке. Эстафета с обручами.	Работа над правилами поведения на уроках гимнастики. Изучение влияния физической нагрузки на частоту сердечных сокращений Выполнение лазания по гимнастической стенке. ОВЗ Изучение техники лазание по гимнастической стенке	11.11	
21	Стойка на лопатках из упора присев.	Обучить стойке на лопатках из упора присев. Разучить комплекс упражнений, направленный на развитие гибкости. П/и «Совушка».	Выполнение техники стойка на лопатках. ОВЗ Изучение техники стойки на лопатках.	16.11	
22	«Мост» из положения лежа на спине Вис, согнув ноги.	Комплекс упражнений, направленный на развитие гибкости. Обучить «мосту» из положения лежа на спине. П/и «Передай мяч». Развивать гибкость. Разучить вис, согнув ноги. Повторить «мост» из положения лежа на спине. П/и «Охотники и утки». Развивать силу.	Освоение техники выполнения «моста» из положения лёжа на спине. ОВЗ Изучение техники выполнения «моста» из положения лёжа на спине. Освоение техники вис, согнув ноги, выполнение «моста» из положения лёжа на спине. ОВЗ Изучение техники вис, согнув ноги.	18.11	
23	Комплекс ритмической гимнастики.	Разучить комплекс упражнений ритмической гимнастики. Повторить вис, согнув ноги. П/и «Запрещённое движение». Развивать координацию	Освоение комплекса ритмической гимнастики. ОВЗ Изучение техники ритмической гимнастики.	23.11	
24	Перекат назад в группировке с последующей опорой руками за головой Перелезание через препятствие	Повторить комплекс упражнений ритмической гимнастики. Разучить перекат назад в группировке с последующей опорой руками за головой. П/и «Невод». Обучить перелезанию через препятствие (высота 90 см). Повторить перекат назад в группировке с последующей опорой руками за головой. П/и «Гонка мячей по кругу».	Освоение техники выполнения переката назад в группировке с последующей опорой руками за головой. ОВЗ Изучение техники переката назад Выполнение перелезания через препятствие. ОВЗ Изучение техники перелезания через препятствие.	25.11	
25	Вис на согнутых руках. Зачет	Повторить перелезание через препятствие (высота 90 см). Разучить вис на согнутых руках. Повторить подвижную игру «Гонка мячей по кругу». Развивать силу.	Освоение техники вися на согнутых руках. ОВЗ Правила выполнения вися на согнутых руках.	30.11	

26	Переползание по-пластунски	Повторить вис на согнутых руках. Разучить переползание по-пластунски. П/и «Передай мяч».	Освоение техники переползания по-пластунски. ОВЗ Изучение техники переползания по-пластунски.	2.12	
27	ТБ на занятиях плавания. Правила поведения на воде. Плавание способом кроль на спине. Значение плавания	Вводный инструктаж. Правила ТБ на занятиях плавания. Освоение правил и требования к занятиям с водой Проверка плавательной подготовки. Плавание способом кроль на спине. Работа рук, ног с дыханием способом кроль на спине.	Работа над правилами поведения на воде. Выполнение дыхательных упражнений, Развитие навыков сотрудничества в разных ситуациях; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	7.12	
28	Стили плавания. Дыхательные упражнения в воде.	Упражнения звездочка, поплавок. Дыхательные упражнения в воду. Упражнения звездочка, поплавок. Игра «Водолазы»	Ознакомление с теорией о стилях плавания. Развитие навыков сотрудничества в разных ситуациях; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни взаимодействие – слушать собеседника, Выполнение дыхательных упражнений, Развитие навыков сотрудничества в разных ситуациях; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	9.12	
29	Подготовительные упражнения для обучения плаванию. Подготовительные упражнения для обучения плаванию способом кроль на груди.	Дыхательные упражнения. Дыхательные упражнения	Выполнение дыхательных упражнений, планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Выполнение дыхательных упражнений, Развитие навыков сотрудничества в разных ситуациях;	14.12	
30	Подготовительные упражнения для обучения плаванию способом брасс Подготовительные упражнения для обучения плаванию способом брасс	Показ способа брасс Дыхательные упражнения	Освоение теории обучения плаванию способом брасс. Освоение теории обучения плаванию способом брасс.	16.12	
31	Согласование работы ног с дыханием Совершенствование работы ног в согласовании с	Согласование работы ног при плавании брасс с дыханием. Согласование работы ног при плавании брасс с	Закрепление правил работы ног при плавании брасс с дыханием, Закрепление правил работы ног при плавании брасс с	21.12	

	дыханием.	дыханием. Игры «на поиски сокровищ»	дыханием,		
32	Наши выдающиеся олимпийские чемпионы по плаванию.. Наши выдающиеся олимпийские чемпионы по плаванию..	Работа рук при плавании брасом. Игра «Бросаем в цель» Согласование работы рук при плавании брасом с дыханием. Игра «Морской бой».	Закрепление правила работы ног при плавании брас с дыханием, Закрепление правил работы ног при плавании брас с дыханием.	23.12	
<b>Лыжная подготовка 14 часов</b>					
33	ТБ на занятиях лыжной подготовки. Строевые упражнения с лыжами в руках.	ТБ на занятиях лыжной подготовки. Строевые упражнения с лыжами в руках. Подбор инвентаря. Повторить передвижение скользящим шагом.	Работа над техникой безопасности на занятиях лыжной подготовкой. Изучение строевых упражнений с лыжами в руках. ОВЗИзучение техники строевых упражнений с лыжами в руках.	11.01	
34	Повороты переступанием на месте	Совершенствовать передвижение скользящим шагом. Равномерное передвижение до 500 м. Совершенствовать передвижение скользящим шагом. Повторить повороты переступанием вокруг пяток и носков лыж. Игра на лыжах «Воротца».	Отработка техники скользящего шага без палок, поворотов переступанием в движении, технику передвижения попеременным двушажным ходом; ОВЗ Освоение теории поворотов с переступанием.		
35	Поворот переступанием в движении.	Разучить поворот переступанием в движении. Познакомить с попеременным двушажным ходом. Равномерное передвижение до 800 м.	Отработка техники поворот переступанием в движении, выполнение передвижения скользящим шагом с палками. ОВЗ Освоение теории поворотов с переступанием и скользящего шага.	13.01	
36	Передвижение попеременным двушажным ходом.	Закрепить передвижение попеременным двушажным ходом. Повторить поворот переступанием в движении. Игра «Снежком в цель».	Отработка техники поворот переступанием в движении, выполнять передвижение скользящим шагом с палками. ОВЗ Освоение теории передвижения попеременным двушажным ходом	18.01	

37	Спуск в основной стойке. Спуск в низкой стойке. Зачёт.	Повторить передвижение попеременным двушажным ходом. Повторить спуск в основной стойке. Повторить поворот переступанием при спуске. Совершенствовать передвижение попеременным двушажным ходом. Повторить спуск в низкой стойке. Подвижная игра «Быстрый лыжник».	Отработка техники выполнения спуска; технику выполнения торможения падением; технику выполнения торможения. ОВЗ Освоение теории спуска в основной стойке. Отработка техники спуска в низкой стойке; технику выполнения торможения падением. ОВЗ Освоение теории спуска в низкой стойке. Зачёт.	20.01	
38	Совершенствовать спуск в низкой стойке	Совершенствовать спуск в низкой стойке. Равномерное передвижение попеременным двушажным ходом до 800 м.	Совершенствованиетехники спуска в низкой стойке. ОВЗ Освоение теории спуска в низкой стойке.	25.01	
39	Подъём «Лесенкой»	Повторить подъём «Лесенкой». Совершенствовать спуск в низкой стойке. Развивать силу.	Отработка техники спуска в низкой стойке и подъёма «лесенкой». ОВЗ Освоение теории спуска в низкой стойке и подъёма «лесенкой».	27.01	
40	Подъём «Ёлочкой» Подъём «Ёлочкой». Спуск в основной стойке.	Разучить подъём «Ёлочкой». Повторить спуск в основной стойке. Равномерное передвижение попеременным двушажным ходом до 1000 м. Подъём «Ёлочкой». Повторить спуск в основной стойке. Воспитывать выносливость.	Отработка техники подъёма «ёлочкой». ОВЗ Освоение теории подъёма «ёлочкой». Отработка техники спуска в основной стойке и подъёма «ёлочкой». ОВЗ Освоение теории подъёма «ёлочкой».	1.02	
41	Торможение падением Равномерное передвижение по дистанции	Повторить подъём «Ёлочкой». Повторить торможение падением на бок. П/и на лыжах «Кто дальше?» Совершенствовать подъём «Ёлочкой». Равномерное передвижение до 1200 м. Подвижная игра «Быстрый лыжник».	Отработка техники торможения падением на бок при спуске с пологого склона. ОВЗ Освоение теории торможения падением на бок при спуске с пологого склона. Отработка техники равномерного передвижения по дистанции. ОВЗ Освоение теории техники равномерного передвижения по дистанции.	3.02	
42	Торможение «Плугом»	Разучить торможение «Плугом». Совершенствовать технику подъёмов «Лесенкой» и «Ёлочкой». Игра «Снежком в цель».	Отработка техники торможения «плугом», ОВЗ Освоение теории техники торможения «плугом»,	8.02	

43	Совершенствование изученных способов передвижения на лыжах Спуски и подъёмы изученными способами	Повторить торможение «Плугом». Совершенствование изученных способов передвижения на лыжах. Воспитывать выносливость. Совершенствование торможения «Плугом», техники спусков и подъёмов изученными способами. Игра «Снежком в цель».	Закрепление способов передвижения на лыжах. ОВЗ Закрепление теории способов передвижения на лыжах Отработка техники спуск с небольшого склона и подъём в уклон . ОВЗ Освоение теории техники спуска и подъёма на склон.	10.02	
44	Равномерное передвижение Зачет	Равномерное передвижение по дистанции до 1500 м. Воспитывать выносливость.	Отработка техники передвижения до 1500м Зачет. ОВЗ Равномерное передвижение без учёта времени.	15.02	
45	Эстафеты и подвижные игры на лыжах.	Повторить изученные на уроках игры и эстафеты на лыжах и санках.	Отработка навыков, приобретенных на уроках по лыжной подготовке в играх и эстафетах. ОВЗ Изучение правил подвижных игр на лыжах.	17.02	
46	Эстафеты и подвижные игры на лыжах.	Повторить изученные на уроках игры и эстафеты на лыжах и санках.	Отработка навыков, приобретенных на уроках по лыжной подготовке в играх и эстафетах ОВЗ Повторение правил подвижных игр на лыжах.	22.02	
<b>Подвижные игры на основе футбола 4 часа</b>					
47	Основная стойка и передвижения футболиста. Броски в цель (в ворота). Игра «Попади в обруч».	Формирование умения выполнять ведение мяча на месте. Броски в цель в ворота) Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей	Знакомство с техникой ведения футбольного мяча.	24.02	
48	Основная стойка и передвижения футболиста. Броски в цель (в ворота). Игра «Попади в обруч».	Формирование умения выполнять ведение мяча на месте. Броски в цель (кольцо, щит, мишень) Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей	Работа над техникой ведения футбольного мяча. ОВЗ Изучение теории ведения футбольного мяча.	1.03	
49	Ловля и передача мяча в движении. Игра «Мяч соседу».	Формирование умения выполнять ловлю и передачу мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). Игра «Передача мяча в колоннах». Эстафеты. Развитие координационных способностей	Работа над элементами спортивных игр. ОВЗ Произвольное ведение мяча.	3.03	
50	Ловля и передача мяча в движении.	Формирование умения выполнять ловлю и	Отработка техники метания малого мяча. Соблюдать	8.03	

	Игра «Мяч соседу».	передачу мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). Игра «Передача мяча в колоннах». Эстафеты. Развитие координационных способностей	правила техники безопасности при метании малого мяча.		
<b>Подвижные игры на основе волейбола 4 часов</b>					
51	Основная стойка и передвижения волейболиста. Броски в цель ( через сетку). Игра «Попади в обруч».	Формирование умения выполнять ведение мяча на месте. Броски в цель ( через сетку) Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей	Работа над техникой бросков в цель ( через сетку). ОВЗ Работа над техникой ведения мяча. Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр. ОВЗ Работа над правилами игры в волейбол.	10.03	
52	Ловля и передача мяча в движении. Игра «Мяч соседу». Зачёт	Формирование умения выполнять ловлю и передачу мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой. Броски в цель (через сетку). Игра «Передача мяча в колоннах». Эстафеты. Развитие координационных способностей	Зачёт. Работа над техникой ловли и передачи мяча в движении. ОВЗ Освоение теории ловли и передача мяча в движении, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр.	15.03	
53	Основы эндшпиля.	Матование двумя слонами (простые случаи). Матование слоном и конем (простые случаи).	Дидактические задания «Мат в 2 хода», «Мат в 3 хода».	17.03	
54	Ловля и передача мяча в движении. Игра «Передача мяча в колоннах».	Формирование умения выполнять ловлю и передачу мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой. Броски в цель ( через сетку). Игра «Передача мяча в колоннах». Эстафеты. Развитие координационных способностей	Работа над техникой ловли и передачи мяча в движении передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр. ОВЗ Освоение теории ловли и передача мяча в движении.	31.03	
<b>Подвижные игры на основе баскетбола 10 часов</b>					
55	Основная стойка и передвижения баскетболиста. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). Игра «Попади в обруч».	Формирование умения выполнять ведение мяча на месте. Броски в цель (кольцо, щит, мишень) Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей	Отработка техники ведения баскетбольного мяча. Упражнения на выносливость во время бега. ОВЗ Произвольное ведение баскетбольного мяча.	5.04	

56	Ловля и передача мяча в движении. Игра «Мяч соседу».	Формирование умения выполнять ловлю и передачу мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). Игра «Передача мяча в колоннах». Эстафеты. Развитие координационных способностей	Классификация типичных ошибок в технике ведения баскетбольного мяча. Отработка техники броска баскетбольного мяча от груди двумя руками. ОВЗ Обучение ведению баскетбольного мяча.	7.04	
57	Ловля и передача мяча в движении. Игра «Передача мяча в колоннах».	Формирование умения выполнять ловлю и передачу мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). Игра «Передача мяча в колоннах». Эстафеты. Развитие координационных способностей	Отработка техники броска баскетбольного мяча от груди двумя руками. ОВЗ Обучение ведению баскетбольного мяча	12.04	
58	Ловля и передача мяча в движении. Игра «Мини – баскетбол». Зачёт.	Формирование умения выполнять ловлю и передачу мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой. Движение приставным шагом. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). Игра «Мини – баскетбол».	Отработка техники броска баскетбольного мяча от груди двумя руками. ОВЗ Освоение теории техники броска баскетбольного мяча от груди двумя руками.	14.04	
59	Прыжки в высоту с прямого разбега.	Комплекс упражнений с набивными мячами, направленный на развитие силы. Разучить прыжок в высоту с прямого разбега. П/и «Попади в мяч».	Обучение прыжкам в высоту с прямого разбега. ОВЗ Ознакомление с теорией прыжков в высоту с прямого разбега.	19.04	
60	Броски набивного мяча от груди на дальность.	Прыжки в высоту с прямого разбега. Броски набивного мяча (1 кг) от груди, из-за головы, снизу вперёд-вверх. П/и «Третий лишний».	Работа над техникой броска мяча от груди двумя руками. ОВЗ Ознакомление с теорией броска набивного мяча от груди на дальность.	21.04	
61	Прыжок в длину способом «согнув ноги» Прыжки с высоту.	Обучить прыжку в длину способом «согнув ноги». Разучить комплекс упражнений, направленный на развитие координации движений. П/и «Мышеловка» Прыжок в длину способом «согнув ноги». Обучить спрыгиванию с препятствия высотой 60 см. Комплекс упражнений, направленный на развитие координации движений.	Работа над техникой прыжка длину способом «согнув ноги». ОВЗ Ознакомление с теорией прыжка в длину способом «согнув ноги» Работа над техникой прыжка в высоту с прямого разбега. ОВЗ Изучение теории прыжка в высоту.	26.04	
62	Совершенствование прыжка в длину	Спрыгивание с препятствия высотой 60 см.	Работа над техникой прыжка в высоту с прямого разбега	28.04	

	способом «согнув ноги»	Совершенствовать прыжок в длину способом «согнув ноги». П/и «Воробьи, вороны».	способом «согнув ноги» ОВЗ Ознакомление с теорией прыжка в длину способом «согнув ноги»		
63	Метание малого мяча на дальность. Метание малого мяча на заданное расстояние Зачёт.	Метание малого мяча на дальность. Метание малого мяча на заданное расстояние. П/и «Третий лишний». Метание малого мяча на заданное расстояние. П/и «Линейная эстафета».	Работа над техникой метание малого мяча на дальность. Зачёт.		
64	Броски набивного мяча из-за головы на дальность. Броски набивного мяча снизу вперед-вверх.	Разучить броски набивного мяча из-за головы на дальность. П/и «Передал-садись». Развивать силу. Броски набивного мяча снизу вперед-вверх. П/и «Линейная эстафета».	Освоение техники броска набивного мяча снизу вперед-вверх. ОВЗ Ознакомление с теорией броска набивного мяча из-за головы на дальность.	3.05	
<b>Подвижные игры 6 часов</b>					
65	Инструктаж по технике безопасности Стойка игрока перемещения в стойке.	Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами в сторону, вперед, назад; остановка в два шага во время бега (без мяча и с ведением мяча); повороты без мяча и с мячом. Развитие координационных способностей.	Выполнение комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановка, повороты) ОВЗ Изучение инструктажа по технике безопасности	5.05	
66	Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Гонка мячей по кругу.	Комплекс упражнений в движении. Специальные беговые упражнения. Комбинация из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение). Ловля и передача мяча двумя руками от груди в парах; а) на месте; б) в движении. Игра «Мяч – ловцу».	Отработка разных вариантов передачи мяча. ОВЗ Ведение мяча по кругу.	10.05	
67	Ведение мяча на месте, шагом и бегом по прямой. Ведение мяча с изменением направления движения и скорости.	Упражнения для рук и плечевого пояса. Комплекс ОРУ № 3 – на осанку. Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке правой и левой рукой; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой. Подвижная игра «Гонка мячей по кругу».	Работа над техникой держание мяча , передачи на расстояние, ловля, ведение правой и левой рукой. ОВЗ Ведение мяча правой. Работа над техникой ведения мяча с изменением направления движения и скорости. ОВЗ Работа над техникой ведения мяча с изменением направления движения.	12.05	
68	Бросок мяча двумя руками от груди с места. Игра «Борьба за	ОРУ с мячом. СУ. Варианты ловли и передачи мяча. Варианты	Работа над техникой держание мяча , передачи на расстояние, ловля, ведение правой и левой	17.05	

	<p>мяч» Бросок мяча в кольцо двумя руками от груди. Игра в мини-баскетбол.</p>	<p>ведения мяча без сопротивления защитника. Броски мяча двумя руками от груди с места. Подвижная игра «Борьба за мяч». Ведение мяча с изменением направления. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Игра «Кто быстрее». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.</p>	<p>рукой. ОВЗ Изучение теории броска мяча двумя руками от груди с места. Работа над техникой броска мяча в кольцо двумя руками от груди. ОВЗ Изучение теории броска мяча в кольцо двумя руками от груди с места.</p>		
69	<p>Бег с максимальной скоростью 60 м. Игра «Белые медведи» Зачёт. Игра «Зайцы в огороде». Развитие скоростно-силовых качеств Круговая эстафета</p>	<p>Ходьба через несколько препятствий. Бег с максимальной скоростью 60 м. Игра «Белые медведи». Метание набивного мяча, вперед вверх на дальность и на заданное расстояние. Игра «Зайцы в огороде». Развитие скоростно-силовых качеств Круговая эстафета.. Игра «Смена сторон»</p>	<p>Выполнение упражнений на движения в ходьбе и беге, пробежки с максимальной скоростью 60 м ОВЗ. Изучение теории бега. Зачёт. Работа над формированием установки на безопасный, здоровый образ жизни.</p>	19.05	
70	<p>Бросок мяча двумя руками от груди с места. Игра «Борьба за мяч» Бросок мяча в кольцо двумя руками от груди. Игра в мини-баскетбол.</p>	<p>ОРУ с мячом. СУ. Варианты ловли и передачи мяча. Варианты ведения мяча без сопротивления защитника. Броски мяча двумя руками от груди с места. Подвижная игра «Борьба за мяч». Ведение мяча с изменением направления. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди.</p>	<p>Работа над техникой держание мяча , передачи на расстояние, ловля, ведение правой и левой рукой. ОВЗ Изучение теории броска мяча двумя руками от груди с места. Работа над техникой броска мяча в кольцо двумя руками от груди. ОВЗ Изучение теории броска мяча в кольцо двумя руками от груди с места.</p>	24.05	