

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Чистопольская школа №10 для детей с ограниченными возможностями здоровья»

Согласовано

зам. директора по ВР  
«31» августа 2023 г.

Н.А. Рябова / . /

Утверждаю

Директор

приказ № 93

от 31.08 2023г.



**ПРОГРАММА**

По кружку «Атлет»  
Учителя первой квалификационной категории

**Ахметова Руслана Рамазановича**

(ФИО)

Рассмотрено на заседании  
методического объединения  
классных руководителей  
протокол №1  
31.08.2023

2023-2024 учебный год



Количество часов – 68 (2 часа в неделю).

Руководитель: Ахметов Р.Р..

Классы: 5, 6, 7, класс

Данный кружок создан с учетом личностного, деятельного, дифференцированного, компетентного и культурно-ориентированного подходов в обучении и воспитании детей с ОВЗ, и направлен на формирование физически грамотной и здоровой личности на основе полной реализации возрастных возможностей и резервов (реабилитационного потенциала) ребенка, владеющей доступной системой знаний и умений позволяющих применять эти знания для решения практических жизненных задач. Процесс обучения неразрывно связан с решением специфической задачи специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида – коррекцией и развитием познавательной деятельности, личностных качеств ребенка, а также воспитанием трудолюбия, самостоятельности, терпимости, настойчивости, воли, любознательности, формированием умений планировать свою деятельность, осуществлять контроль и самоконтроль. Обучение физической культуре и спорту носит практическую направленность и тесно связано с другими учебными предметами, с жизнью, готовит учащихся к овладению знаний и навыков физкультурно-оздоровительной части, учит использованию этих знаний в нестандартных ситуациях.

***Цель:** создание условий для укрепления и сохранения физического здоровья детей посредством приобщения к регулярным занятиям физической культуры, формирования навыков здорового образа жизни, активной жизненной позиции и потребности в физических упражнениях, воспитание спортсменов для участия в соревнованиях. активизация содействию укрепления здоровья и гармоничного физического развития, формирование необходимых двигательных качеств.*

**Задачи:**

образовательные:

- овладение приемами техники на уровне умений и навыков;
- овладение индивидуальными и групповыми тактическими действиями;
- овладение основами тактики командных действий;
- повышение общей физической работоспособности;
- совершенствование специальной физической подготовленности;
- расширение объема знаний в вопросах спортивно-этического воспитания, гигиены питания, контроля переутомления, и предупреждению травматизма
- содействие гармоническому развитию личности, укреплению здоровья учащихся, закреплению навыков правильной осанки, профилактику плоскостопия; на содействие гармоническому развитию, выбору устойчивости к неблагоприятным условиям



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат: 039D402B47E26F10A43379A222C1AA56  
Владелец: Исаева Ольга Васильевна  
Действителен с 27.09.2022 до 21.12.2023

- внешней среды, воспитание ценностных ориентации, на здоровый образ жизни;
- обучение основам базовых видов двигательных действий, дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей
  - приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и занятиям любимым видом спорта в свободное время;
  - содействие развития психических процессов и обучение психической саморегуляции.
  - укрепление здоровья, всесторонняя физическая подготовка
  - развитие и совершенствование физических качеств (быстроты, ловкости и специальной выносливости);
- воспитательные:
- воспитание устойчивого интереса к систематическим занятиям физической культурой и спортом, потребности в здоровом образе жизни;
  - воспитание волевых качеств (преодоление трудностей во время игр соревнований и тренировочного процесса).
- Коррекционно-развивающие
- укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки; приобретение знаний в области гигиены;
  - формирование и совершенствование разнообразных двигательных умений и навыков, таких как сила, быстрота, выносливость, ловкость и др.;
  - коррекция нарушений общего физического развития психомоторики, воспитание культуры санитарно-гигиенических навыков, поддержание устойчивой физической работоспособности на достигнутом уровне;
  - формирование познавательных, эстетических, нравственных интересов на материале физической культуры и спорта;
  - воспитание устойчивых морально-волевых качеств: настойчивости, смелости, умения преодолевать трудности;
  - содействие в патриотической подготовке.

**Формы работы** – практические занятия, составление сообщений, участие в соревнованиях, работа с литературой.

**В результате освоения программы учащийся должен знать:**

- значение занятий физической культурой для укрепления здоровья человека;
- правила поведения при выполнении строевых команд, гигиены после занятий физическими упражнениями;
- правила игры (футбол, волейбол, баскетбол, настольный теннис).

**должен уметь:**

- выполнять исходное положение без контроля зрения;
- правильно и быстро реагировать на сигнал учителя;
- общие сведения об игре;
- правила поведения учащихся при выполнении упражнений с мячами;
- выполнять передвижение в стойке приставными шагами; остановку по свистку; передачу и ловлю мяча; ведение мяча;



-прием передачу мяча, стойки, перемещения.

**Список учащихся, посещающих кружок «Атлет». (1 группа)**

| Дата и время | Четверг 14.45-16.05 |       |
|--------------|---------------------|-------|
| № п/п        |                     | Класс |
| 1            | Романов Дима        | 5а    |
| 2            | Малов Серафим       | 5а    |
| 3            | Кауров Илья         | 6а    |
| 4            | Макурин Миша        | 6а    |
| 5            | Сотников Денис      | 6а    |
| 6            | Шарипов Адель       | 6б    |
| 7            | Хайруллин Наиль     | 7а    |
| 8            | Ермаков Вадим       | 7а    |
| 9            | Лебедев Витя        | 7а    |
| 10           | Седов Артем         | 7а    |
| 11           | Лисин Дима          | 7а    |
| 12           | Зигангирова Маша    | 7а    |



### Тематическое планирование

| № п/п | Раздел, тема   | Количество о часов | Основные формы внеурочной деятельности обучающихся  |
|-------|--|--------------------|---|
| 1     | Вводное занятие. Техника безопасности.                       | 1                  | Изучение правил поведения в спортивном зале, спортивной площадке, при проведении спортивных соревнований  |
| 2     | Общеразвивающие упражнения, их значение в повседневной жизни | 2                  | Ознакомление с общеразвивающими упражнениями на разные группы мышц.   |
| 3     | Легкая атлетика.   | 8                  | Совершенствование навыков ходьбы, бега с преодолением препятствий.  |
| 4     | Гимнастика и акробатика                                      | 10                 | Игровые упражнения на внимание, Совершенствование комбинаций из изученных элементов, Комплекс общеподготовительных упражнений с различным сочетанием движений рук, ног, туловища. Комбинация изученных элементов. Упражнения на формирование правильной осанки. Упражнения на гибкость. |
| 5     | Общефизическая подготовка                                    | 10                 | Комплекс упражнений на развитие на определенные группы мышц. Упражнения на восстановление дыхания   |
| 6     | Баскетбол  | 10                 | Правила игры. Стойки, перемещения игроков. Ловля, передача мяча. Броски в кольцо. Учебная игра.   |



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат: 039D402B47E26F10A43379A222C1AA56

Владелец: Исаева Ольга Васильевна

Действителен с 27.09.2022 до 21.12.2023

|    |                   |    |  |
|----|-------------------|----|--|
| 7  | Волейбол          | 8  | Правила игры. Стойки, расстановка и перемещения игроков. Прием, передача мяча. Подача мяча. Учебная игра.      |
| 8  | Мини-футбол       | 11 | Правила игры. Стойки, расстановка и перемещения игроков. Прием, передача мяча. Виды ударов мяча. Учебная игра. |
| 9  | Настольный теннис | 6  | Правила игры. Стойка игрока. Учебная игра.   |
| 10 | Сдача нормативов  | 4  | Челночный бег. Прыжок в длину с места. Сгибание разгибание рук в упоре лежа. Бег на короткие дистанции.        |



### Календарно - тематический план кружка

| № п/п                        | Раздел, тема   | Количество часов | Дата проведения по плану | Дата проведения по факту |
|------------------------------|--|------------------|--------------------------|--------------------------|
| <b>1 четверть – 16 часов</b> |  |                  |                          |                          |
| 1                            | Вводное занятие. Техника безопасности.   | 2                | 7.09                     |                          |
| 2                            | Требования этики игрока в спортивных играх. Комплекс общеподготовительных упражнений с различным сочетанием движений рук, ног, туловища. | 2                | 14.09                    |                          |
| 3                            | Правила игры и требования этики игрока в игре «Настольный теннис». Игровые упражнения на внимание.                                       | 2                | 21.09                    |                          |
| 4                            | Настольный теннис. Совершенствование комбинаций из изученных элементов.  | 2                | 28.09                    |                          |
| 5                            | Настольный теннис. Совершенствование комбинаций из изученных элементов.  | 2                | 5.10                     |                          |
| 6                            | Настольный теннис. Совершенствование комбинаций из изученных элементов.  | 2                | 12.10                    |                          |
| 7                            | Формирование представлений у учащихся о самостоятельной форме занятий.   | 2                | 19.10                    |                          |
| 8                            | Контроль знаний методических и двигательных умений и навыков.  | 2                | 26.10                    |                          |



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат: 039D402B47E26F10A43379A222C1AA56

Владелец: Исаева Ольга Васильевна

Действителен с 27.09.2022 до 21.12.2023

|    |  |   |       |  |
|----|--|---|-------|--|
|    | Спортивная эстафета.   |   |       |  |
|    | <b>2 четверть – 16 часов</b>   |   |       |  |
| 9  | Инструктаж по безопасному поведению в спортивном зале.                               | 2 | 9.11  |  |
| 10 | Совершенствование техники приема, подачи игры «Настольный теннис».                   | 2 | 16.11 |  |
| 11 | Контроль знаний методических и двигательных умений и навыков.                        | 2 | 23.11 |  |
| 12 | Правила игры и требования этики игрока в учебной игре «Мини-футбол».                 | 2 | 30.11 |  |
| 13 | Совершенствование комбинаций из изученных элементов.                                 | 2 | 7.12  |  |
| 14 | Совершенствование комбинаций из изученных элементов.                                 | 2 | 14.12 |  |
| 15 | Совершенствование комбинаций из изученных элементов.                                 | 2 | 21.12 |  |
| 16 | Комплекс ОРУ и общеукрепляющих упражнений.   | 2 | 28.12 |  |
|    | <b>3 четверть – 22 часов</b>   |   |       |  |
| 17 | Учебная игра в баскетбол. Совершенствование техники приема и передачи мяча.          | 2 | 11.01 |  |
| 18 | Учебная игра в волейбол. Совершенствование техники подачи и приема мяча.             | 2 | 18.01 |  |
| 19 | Комплекс ОРУ. Формирование представлений у учащихся о самостоятельной форме занятий. | 2 | 25.01 |  |
| 20 | Совершенствование техники игры «Мини-футбол».  | 2 | 1.02  |  |
| 21 | Акробатические и гимнастические упражнения.  | 2 | 8.02  |  |
| 22 | Совершенствование техники специальных прыжковых упражнений.                          | 2 | 15.02 |  |
| 23 | Учебная игра «Мини-футбол». Прием, передача мяча.                                    | 2 | 22.02 |  |





ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат: 039D402B47E26F10A43379A222C1AA56

Владелец: Исаева Ольга Васильевна

Действителен с 27.09.2022 до 21.12.2023

|    |   |   |       |  |
|----|---|---|-------|--|
| 24 | Учебная игра в волейбол. Выполнение упражнений на внимание и восстановление                   | 2 | 29.03 |  |
| 25 | Совершенствование техники специальных беговых упражнений.                                     | 2 | 7.03  |  |
| 26 | Баскетбол, совершенствование ведения мяча.  | 2 | 14.03 |  |
| 27 | Совершенствование техники беговых упражнений. Комплекс восстановительных беговых упражнений.  | 2 | 21.03 |  |
|    | <b>4 четверть – 14 часов</b>  |   |       |  |
| 28 | Бег с преодолением препятствий прыжковая подготовка.  | 2 | 4.04  |  |
| 29 | Контроль выполнения комплекса гимнастики. Выполнение упражнения на релаксацию.                | 2 | 11.04 |  |
| 30 | Контроль выполнения техники опорного прыжка. Упражнения на внимание и восстановление дыхания. | 2 | 18.04 |  |
| 31 | Совершенствование учебной игры в волейбол. Выполнение подачи мяча сверху, снизу.              | 2 | 25.04 |  |
| 32 | Комбинация изученных элементов. Упражнения на формирование правильной осанки.                 | 2 | 2.05  |  |
| 33 | Учебная игра в баскетбол (по упрощенным правилам). Контроль за освоением технических приемов. | 2 | 16.05 |  |
| 34 | Сдача нормативов. Подведение итогов   | 2 | 23.05 |  |

#### Методическая литература

1. Ковалько В.И. «Поурочные разработки по физкультуре» М: «ВАКО», 2007
2. С.Н. Попов, Н.М. Валеев Н. М, Т.С. Гарасева «Лечебная физическая культура»



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат: 039D402B47E26F10A43379A222C1AA56

Владелец: Исаева Ольга Васильевна

Действителен с 27.09.2022 до 21.12.2023

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Чистопольская школа №10 для детей с ограниченными возможностями здоровья»

Согласовано

зам. директора по ВР  
«31» августа 2023 г.

Н.А. Рябкова /            /

Утверждаю

Директор

приказ № 93

от 31.08 2023г.

О.В. Исаева /            /

## ПРОГРАММА

По кружку «Атлет»  
Учителя первой квалификационной категории

**Ахметова Руслана Рамазановича**

(ФИО)

Рассмотрено на заседании  
методического объединения  
классных руководителей  
протокол №1  
31.08.2023

2023-2024 учебный год



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат: 039D402B47E26F10A43379A222C1AA56

Владелец: Исаева Ольга Васильевна

Действителен с 27.09.2022 до 21.12.2023

Количество часов – 68 (2 часа в неделю).

Руководитель: Ахметов Р.Р..

Классы: 8,9 класс

Данный кружок создан с учетом личностного, деятельного, дифференцированного, компетентного и культурно-ориентированного подходов в обучении и воспитании детей с ОВЗ, и направлен на формирование физически грамотной и здоровой личности на основе полной реализации возрастных возможностей и резервов (реабилитационного потенциала) ребенка, владеющей доступной системой знаний и умений позволяющих применять эти знания для решения практических жизненных задач. Процесс обучения неразрывно связан с решением специфической задачи специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида – коррекцией и развитием познавательной деятельности, личностных качеств ребенка, а также воспитанием трудолюбия, самостоятельности, терпимости, настойчивости, воли, любознательности, формированием умений планировать свою деятельность, осуществлять контроль и самоконтроль. Обучение физической культуре и спорту носит практическую направленность и тесно связано с другими учебными предметами, с жизнью, готовит учащихся к овладению знаний и навыков физкультурно-оздоровительной части, учит использованию этих знаний в нестандартных ситуациях.

***Цель:** создание условий для укрепления и сохранения физического здоровья детей посредством приобщения к регулярным занятиям физической культуры, формирования навыков здорового образа жизни, активной жизненной позиции и потребности в физических упражнениях, воспитание спортсменов для участия в соревнованиях. активизация содействию укрепления здоровья и гармоничного физического развития, формирование необходимых двигательных качеств.*

**Задачи:**

образовательные:

- овладение приемами техники на уровне умений и навыков;
- овладение индивидуальными и групповыми тактическими действиями;
- овладение основами тактики командных действий;
- повышение общей физической работоспособности;
- совершенствование специальной физической подготовленности;
- расширение объема знаний в вопросах спортивно-этического воспитания, гигиены питания, контроля переутомления, и предупреждению травматизма
- содействие гармоническому развитию личности, укреплению здоровья учащихся, закреплению навыков правильной осанки, профилактику плоскостопия; на содействие гармоническому развитию, выбору устойчивости к неблагоприятным условиям



- внешней среды, воспитание ценностных ориентации, на здоровый образ жизни;
- обучение основам базовых видов двигательных действий, дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей
  - приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и занятиям любимым видом спорта в свободное время;
  - содействие развития психических процессов и обучение психической саморегуляции.
  - укрепление здоровья, всесторонняя физическая подготовка
  - развитие и совершенствование физических качеств (быстроты, ловкости и специальной выносливости);
- воспитательные:
- воспитание устойчивого интереса к систематическим занятиям физической культурой и спортом, потребности в здоровом образе жизни;
  - воспитание волевых качеств (преодоление трудностей во время игр соревнований и тренировочного процесса).
- Коррекционно-развивающие
- укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки; приобретение знаний в области гигиены;
  - формирование и совершенствование разнообразных двигательных умений и навыков, таких как сила, быстрота, выносливость, ловкость и др.;
  - коррекция нарушений общего физического развития психомоторики, воспитание культуры санитарно-гигиенических навыков, поддержание устойчивой физической работоспособности на достигнутом уровне;
  - формирование познавательных, эстетических, нравственных интересов на материале физической культуры и спорта;
  - воспитание устойчивых морально-волевых качеств: настойчивости, смелости, умения преодолевать трудности;
  - содействие в патриотической подготовке.

**Формы работы** – практические занятия, составление сообщений, участие в соревнованиях, работа с литературой.

**В результате освоения программы учащийся должен знать:**

- значение занятий физической культурой для укрепления здоровья человека;
- правила поведения при выполнении строевых команд, гигиены после занятий физическими упражнениями;
- правила игры (футбол, волейбол, баскетбол, настольный теннис).

**должен уметь:**

- выполнять исходное положение без контроля зрения;
- правильно и быстро реагировать на сигнал учителя;
- общие сведения об игре;
- правила поведения учащихся при выполнении упражнений с мячами.
- выполнять передвижение в стойке приставными шагами; остановку по свистку; передачу и ловлю мяча; ведение мяча.



-прием передачу мяча, стойки, перемещения.

**Список учащихся, посещающих кружок «Атлет». (2 группа)**

| Дата и время | Пятница 14.40-16.05 |       |
|--------------|---------------------|-------|
| № п/п        |                     | Класс |
| 1            | Захаров Кирилл      | 8а    |
| 2            | Шоетов Миша         | 8а    |
| 3            | Солдатов Егор       | 8а    |
| 4            | Прокофьев Данил     | 8а    |
| 5            | Шакиров Руслан      | 8а    |
| 6            | Сальников Андрей    | 8а    |
| 7            | Урядников Евгений   | 9а    |
| 8            | Кауров Артем        | 9б    |
| 9            | Брызгалкин Данил    | 9б    |
| 10           | Миронов Захар       | 9б    |
| 11           | Башкуров Максим     | 9б    |
| 12           | Лейшников Павел     | 9б    |
| 13           | Серебряков Михаил   | 9б    |



### Тематическое планирование

| № п/п | Раздел, тема   | Количество часов | Основные формы внеурочной деятельности обучающихся  |
|-------|--|------------------|---|
| 1     | Вводное занятие. Техника безопасности.                       | 1                | Изучение правил поведения в спортивном зале, спортивной площадке, при проведении спортивных соревнований  |
| 2     | Общеразвивающие упражнения, их значение в повседневной жизни | 2                | Ознакомление с общеразвивающими упражнениями на разные группы мышц.   |
| 3     | Легкая атлетика.   | 8                | Совершенствование навыков ходьбы, бега с преодолением препятствий.  |
| 4     | Гимнастика и акробатика                                      | 10               | Игровые упражнения на внимание, Совершенствование комбинаций из изученных элементов, Комплекс общеподготовительных упражнений с различным сочетанием движений рук, ног, туловища. Комбинация изученных элементов. Упражнения на формирование правильной осанки. Упражнения на гибкость. |
| 5     | Общефизическая подготовка                                    | 10               | Комплекс упражнений на развитие на определенные группы мышц. Упражнения на восстановление дыхания   |
| 6     | Баскетбол  | 10               | Правила игры. Стойки, перемещения игроков. Ловля, передача мяча. Броски в кольцо. Учебная игра.   |



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат: 039D402B47E26F10A43379A222C1AA56

Владелец: Исаева Ольга Васильевна

Действителен с 27.09.2022 до 21.12.2023

|    |                   |    |  |
|----|-------------------|----|--|
| 7  | Волейбол          | 10 | Правила игры. Стойки, расстановка и перемещения игроков. Прием, передача мяча. Подача мяча. Учебная игра.      |
| 8  | Мини-футбол       | 11 | Правила игры. Стойки, расстановка и перемещения игроков. Прием, передача мяча. Виды ударов мяча. Учебная игра. |
| 9  | Настольный теннис | 6  | Правила игры. Стойка игрока. Учебная игра.   |
| 10 | Сдача нормативов  | 2  | Челночный бег. Прыжок в длину с места. Сгибание разгибание рук в упоре лежа. Бег на короткие дистанции.        |



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат: 039D402B47E26F10A43379A222C1AA56  
Владелец: Исаева Ольга Васильевна  
Действителен с 27.09.2022 до 21.12.2023

### Календарно - тематический план кружка

| №<br>п/п | Раздел, тема  | Количество<br>во часов | Дата<br>проведения по<br>плану | Дата<br>проведения<br>по факту |
|----------|---|------------------------|--------------------------------|--------------------------------|
|          | <b>1 четверть – 16 часов</b>  |                        |                                |                                |
| 1        | Вводное занятие. Техника безопасности                                   | 2                      | 1.09                           |                                |
| 2        | Требования этики игрока в спортивных играх.                             | 2                      | 8.09                           |                                |
| 3        | Технико-тактические действия в спортивной игре «Настольный теннис».     | 2                      | 15.09                          |                                |
| 4        | Настольный теннис. Совершенствование комбинаций из изученных элементов. | 2                      | 22.09                          |                                |
| 5        | Настольный теннис. Совершенствование комбинаций из изученных элементов. | 2                      | 29.09                          |                                |
| 6        | Настольный теннис. Совершенствование комбинаций из изученных элементов. | 2                      | 6.10                           |                                |
| 7        | ОРУ с элементами акробатики   | 2                      | 13.10                          |                                |
| 8        | Контроль знаний методических и двигательных умений и навыков.           | 2                      | 20.10                          |                                |
|          | <b>2 четверть – 16 часов</b>  |                        |                                |                                |
| 9        | ОРУ в движении  | 2                      | 10.10                          |                                |





ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат: 039D402B47E26F10A43379A222C1AA56  
Владелец: Исаева Ольга Васильевна  
Действителен с 27.09.2022 до 21.12.2023

|    |   |   |       |  |
|----|---|---|-------|--|
| 10 | Совершенствование технико-тактических действий приема, подачи игры «Настольный теннис». | 2 | 17.11 |  |
| 11 | Контроль знаний методических и двигательных умений и навыков.                           | 2 | 24.11 |  |
| 12 | Правила игры и расстановка игроков в учебной игре «Мини-футбол».                        | 2 | 1.12  |  |
| 13 | Совершенствование комбинаций из изученных элементов.                                    | 2 | 8.12  |  |
| 14 | Совершенствование комбинаций из изученных элементов.                                    | 2 | 15.12 |  |
| 15 | Совершенствование комбинаций из изученных элементов.                                    | 2 | 22.12 |  |
| 16 | Комплекс ОРУ и общеукрепляющих упражнений.  | 2 | 29.12 |  |
|    | <b>3 четверть – 20 часов</b>  |   |       |  |
| 17 | Баскетбол. Совершенствование техники приема и передачи мяча.                            | 2 | 12.01 |  |
| 18 | Совершенствование техники передачи и приема мяча.                                       | 2 | 19.01 |  |
| 19 | Комплекс ОРУ. Формирование представлений у учащихся о самостоятельной форме занятий.    | 2 | 26.01 |  |
| 20 | Совершенствование технико-тактических приемов игры «Мини-футбол».                       | 2 | 2.02  |  |
| 21 | ОРУ. Акробатические и гимнастические упражнения.  | 2 | 9.02  |  |
| 22 | Совершенствование техники специальных упражнений «Мини-футбол».                         | 2 | 16.02 |  |
| 23 | Учебная игра «Мини-футбол». Прием, передача мяча.                                       | 2 | 1.03  |  |
| 24 | Расстановка игроков. Учебная игра в волейбол.   | 2 | 8.03  |  |
| 25 | Совершенствование технико-тактических упражнений.                                       | 2 | 15.03 |  |
| 26 | Баскетбол, совершенствование ведения мяча.  | 2 | 22.03 |  |



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат: 039D402B47E26F10A43379A222C1AA56

Владелец: Исаева Ольга Васильевна

Действителен с 27.09.2022 до 21.12.2023

|    |  |   |       |  |
|----|--|---|-------|--|
|    | <b>4 четверть – 16 часов</b>   |   |       |  |
| 27 | Баскетбол, совершенствование ведения мяча.   | 2 | 5.04  |  |
| 28 | Совершенствование техники беговых упражнений. Комплекс восстановительных беговых упражнений. | 2 | 12.04 |  |
| 29 | Бег с преодолением малых препятствий.  | 2 | 19.04 |  |
| 30 | Выполнение упражнения на релаксацию.   | 2 | 26.04 |  |
| 31 | ОРУ. Упражнения на внимание и восстановление дыхания.  | 2 | 3.05  |  |
| 32 | Совершенствование учебной игры в волейбол. Выполнение подач мяча сверху, снизу.              | 2 | 10.05 |  |
| 33 | Комбинация изученных элементов.  | 2 | 17.05 |  |
| 34 | Сдача нормативов. Подведение итогов  | 2 | 24.05 |  |


#### Методическая литература

1. Ковалько В.И. «Поурочные разработки по физкультуре» М: «ВАКО», 2007
2. С.Н. Попов, Н.М. Валеев Н. М, Т.С. Гарасева «Лечебная физическая культура»  
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Чистопольская школа №10 для детей с ограниченными возможностями здоровья»

Лист согласования к документу № б/н от 20.11.2023  
Инициатор согласования: Исаева О.В. Директор  
Согласование инициировано: 20.11.2023 09:18

**Лист согласования**

Тип согласования: **последовательное**

| № | ФИО         | Срок согласования | Результат согласования  | Замечания |
|---|-------------|-------------------|---|-----------|
| 1 | Исаева О.В. |                   |  Подписано<br>20.11.2023 - 09:18 | -         |