


РАССМОТРЕНО

На заседании МО учителей
естественно – научного цикла

Руководитель МО

Привалова О.Д. / 

Протокол № 1

« 25 » августа 2020 год

ПРОВЕРЕНО

Зам. директора по УВР

Ряхова Н.А. / 

« 25 » августа 2020 год

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ

школы интерната

«Пресполение» г.о Самара

Шабасв С.Ф.

« 31 » августа 2020 год



**Адаптированная рабочая программа
по предмету «Физическая культура» за курс 5 – 9 классов**

Составлена: Томиловой В.В., Янборисовым А.А.

г. Самара

2020 - 2021 учебный год

1. Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа по предмету «Физическая культура» предназначена для обучающихся с задержкой психического развития (ЗПР) 5-9 классов и составлена с учётом их психофизических особенностей.

Программа включает восемь разделов:

1. Пояснительная записка.
2. Общая характеристика.
3. Место предмета в учебном плане.
4. Описание ценностных ориентиров
5. Содержание учебного предмета.
6. Календарно-тематическое планирование.
7. Описание материально-технического обеспечения.

Адаптированная рабочая программа по предмету «Физическая культура» 5—9 классов составлена на основе следующих нормативно-правовых документов:

1. Закона РФ «Об образовании».
2. СанПиН 2.4.2.3286-15 “Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья”.
3. Федерального компонента Государственного образовательного стандарта базового уровня общего образования.
4. Федерального перечня учебников, рекомендованных Министерством образования Российской Федерации к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях .
5. Учебного плана ГБОУ школы-интерната «Преодоление»
6. **Примерной программы основного общего образования по физической культуре для 5-9 классов общеобразовательных учреждений и авторской программы для 5-9 классов под редакцией (М: «Просвещение», 2009 г.) Программы для общеобразовательных учреждений. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 кл., В.И. Лях, М., 2004**

Целью физического воспитания для всех ступеней системы образования является содействие всестороннему развитию личности учащегося средствами физической культуры.

Данная цель конкретизирована следующими задачами:

- формирование у учащихся идеала физически совершенной личности;
- включение их в активную физкультурную деятельность, направленную на физическое и духовное совершенствование, формирование здорового образа жизни;
- обучение учащихся необходимым знаниям, жизненно важным двигательным навыкам и умениям;
- формирование и закрепление гигиенических навыков.

Общие задачи получают свое конкретное выражение в каждом классе с учетом возраста, пола, индивидуальных особенностей школьников.

2.Общая характеристика

Актуальность программы определяется прежде всего тем, что учащиеся в силу своих индивидуальных психофизических особенностей (ЗПР) не могут освоить программу по физической культуре в соответствии с требованиями, предъявляемыми к учащимся общеобразовательных школ, так как испытывают затруднения при чтении, не могут выделить главное в информации, затрудняются при анализе, сравнении, обобщении, систематизации, обладают неустойчивым вниманием, обладают бедным словарным запасом и т.д. Учащиеся с ЗПР работают на уровне репродуктивного восприятия, основой при обучении является пассивное механическое запоминание изучаемого материала, таким с трудом даются отдельные приемы умственной деятельности овладение интеллектуальными умениями. Однако коррекционная школа призвана создать образовательную среду и условия, позволяющие детям с ОВЗ получить качественные знания и умения по русскому языку, подготовить личность, обладающую коммуникативной, языковой и культуроведческой компетенциями, способную использовать полученные знания для успешной социализации и дальнейшей трудовой деятельности.

Адаптация происходит за счет сокращения сложных понятий и терминов; основные сведения в программе даются дифференцированно. Одни языковые факты изучаются таким образом, чтобы ученики могли опознавать их, опираясь на существенные признаки. По другим вопросам учащиеся получают только общее представление. Ряд сведений о языке познается школьниками в результате практической деятельности. У детей с ЗПР новые элементарные навыки вырабатываются крайне медленно – для их закрепления требуются многократные указания и упражнения – сначала отрабатываются базовые умения, а потом накладывается необходимая теория, которая уже в ходе практической деятельности осознается учащимися самостоятельно. Программа составлена с учетом того, чтобы сформировать прочные орфографические и грамматические учащихя с ЗПР.

Принципы, на которых базируется программа:

- учёт индивидуальных особенностей и возможностей учащихся с ЗПР;
- уважение к результатам деятельности обучающихся в сочетании с разумной требовательностью;
- комплексный подход при разработке занятий вучетом развития
- вариативность содержания и форм проведения занятий;
- научность, связь теории и практики;
- преемственность;
- наглядность;
- систематичность и последовательность;
- прочность полученных знаний;
- активность и сознательность обучения.

Место учебного предмета программы в образовательном маршруте обучающегося с ЗПР.

Роль программы в образовательном маршруте заключается в том, что в процессе обучения по данной программе ученик сможет:

- овладеть* базовыми научными систематизированными знаниями по физической культуре;
- получить* прочные практические умения и навыки;
- самостоятельно организовывать* свою учебную деятельность, оценивать ее результаты, осознавать сферы своих интересов и соотносить их со своими учебными достижениями, чертами своей личности.

3. Место предмета в учебном плане.

| <i>Класс</i> | <i>Общее количество в неделю</i> | <i>Общее количество в год</i> |
|--------------|----------------------------------|-------------------------------|
| <i>5</i> | <i>3</i> | <i>102</i> |
| <i>6</i> | <i>3</i> | <i>102</i> |
| <i>7</i> | <i>3</i> | <i>102</i> |
| <i>8</i> | <i>3</i> | <i>102</i> |
| <i>9</i> | <i>3</i> | <i>102</i> |

Содержание

Физическое воспитание в средней общеобразовательной школе является учебным предметом, формирующим у школьника жизненно необходимые знания, умения, навыки, развивающим двигательные способности. Одновременно в силу своей специфики оно оказывает оздоровительное, реабилитационное и рекреативное воздействие, способствует восстановлению умственной работоспособности учащихся, удовлетворяет часть жизненно необходимой потребности развивающегося организма в движении. Физическое воспитание формирует полезные привычки, приучает школьников соблюдать правила личной и общественной гигиены. Поэтому, являясь учебной дисциплиной, оно одновременно выступает как фактор, повышающий качество жизни учащегося

Неотъемлемая часть комплексной системы учебно-воспитательной работы ЗПР в школе VII вида направлено на решение образовательных, воспитательных, коррекционно-компенсаторных и лечебно - оздоровительных задач.

Физическое воспитание осуществляется в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим воспитанием и трудовым обучением, занимает одно из ведущих мест в подготовке учащихся с ЗПР к самостоятельной жизни и производственному труду.

Физическое воспитание способствует формированию положительных личностных качеств, является одним из средств успешной социальной интеграции детей в общество.

Характерной особенностью детей с недостатками интеллекта является наличие у них разнообразных нарушений психического и физического развития, обусловленных органическим поражением центральной нервной системы различной этиологии, возникающих на разных возрастных этапах индивидуального развития. Нередко у детей встречаются стертые двигательные нарушения, которые могут быть незаметными в бытовых условиях, но проявляются при значительной физической нагрузке, в усложненных двигательных заданиях.

Двигательная недостаточность учащихся особенно возрастает при выполнении точно дозированных мышечных усилий, при перекрестной координации движений, пространственно- временной организации моторного акта.

Содержание программы должно обеспечивать поэтапное формирование физической культуры личности. В V – IX классах повышается интерес учащихся к своим двигательным возможностям. В этом возрасте изучаются умения и навыки, необходимые для самоконтроля и физического самосовершенствования, воспитываются физические качества, жизненно необходимые волевые и нравственные качества личности. Детей приобщают к занятиям спортом; ориентируют на здоровый образ жизни, разумную организацию свободного времени. На этом этапе формируется база физической культуры личности.

В V-IX классах вводится профилирование физического воспитания на виды спорта, такие как легкая атлетика, спортивные игры (баскетбол, волейбол), лыжный спорт и другие, требующие разносторонней физической подготовки учащихся. При этом необходимо соблюдение соотношения средств общей и специальной физической подготовки, обеспечивающее полноценное решение задач физического воспитания и выполнение всех учебных требований.

Упорядоченная последовательность учебных требований знаниям, двигательным умениям и навыкам, уровню физической подготовленности, перечень задач излагаются в программе в соответствии с основополагающими закономерностями физического воспитания, и учетом возрастных особенностей учащихся.

На каждом уроке необходимо осуществлять дифференцированный подход к учащимся. Для этого надо тщательно изучать их физическую подготовленность, функциональные возможности, учитывать данные медицинских осмотров.

Директор, учителя и медицинские работники школы обязаны постоянно заботиться о систематическом и строгом соблюдении мер по предупреждению травматизма. Учитель должен выполнять все методические требования к построению и проведению урока, обучать учащихся приемам самостраховки и помощи, не допускать их переутомления, требовать выполнения санитарно-гигиенических требований и норм в местах занятий и правил техники безопасности при пользовании спортивным инвентарем и оборудованием, поддерживать дисциплину.

На уроках физической культуры учащиеся должны заниматься в спортивной одежде и обуви. Учащиеся, временно освобожденные от занятий по состоянию здоровья, обязаны присутствовать на уроках физической культуры и выполнять посильные задания учителя: помогать в судействе, подготавливать мелкий инвентарь и т.п.

Методико-педагогический контроль

Все учащиеся школы подлежат медицинскому осмотру. Не прошедшие медицинский осмотр, к занятиям физическими упражнениями не допускаются. На основании данных о состоянии здоровья и физического развития школьников распределяют для занятий физической культурой в основную, подготовительную, специальную медицинские группы и группы ЛФК.

Учащиеся основной медицинской группы допускаются к занятиям по программе физической культуры, в спортивных секциях и к участию в соревнованиях.

Временное освобождение от занятий на уроках физической культуры допускается лишь с разрешения школьного врача или другого медицинского работника.

Уровень физической подготовленности к окончанию школы

| Физические качества | Физические упражнения | Мальчики | Девочки |
|---|---|-------------------|-------------------|
| Быстрота | Бег 60 м с низкого старта, с | 9,2 | 10,2 |
| | Прыжки через скакалку в максимальном темпе, с | 20 | 10 |
| Сила | Подтягивание из виса, кол-во раз | 8 | — |
| | Прыжок в длину с места, см | 180 | 165 |
| | Поднимание туловища из положения лежа на спине, руки за головой, кол-во раз | — | 24 |
| Выносливость (выбирается любое из упражнений) | Кроссовый бег на 2 км, мин | Без учета времени | Без учёта времени |
| | Передвижение на лыжах на 2 км, мин | Без учёта времени | Без учёта времени |
| | Бег на 2000 м, мин | — | — |
| | Бег на 1000 м, мин | — | — |
| Координация движений | Последовательное выполнение кувырков, кол-во раз | 5 | 3 |

| | | | |
|--|---------------------------|-----|-----|
| | Челночный бег 3 × 10 м, с | 8,2 | 8,8 |
|--|---------------------------|-----|-----|

Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для себя
 — проведения самостоятельных занятий по коррекции осанки.

Уроки физической культуры

V класс

Требования к знаниям. Правила безопасного поведения на занятиях по физическому воспитанию. Значение физических способностей для человека. Упрощенные правила одной из спортивных игр. Правила проведения одной подвижной игры.

Требования к двигательным умениям и навыкам.

Гимнастика: два кувырка в длину слитно; стойка на одной ноге; "полушпагат"; "мост" (девочки); преодоление вертикальных препятствий (с опорой и без опоры).

Легкая атлетика: низкий старт; бег 60 м; равномерный бег до 2000 м; прыжки в высоту способом "перешагивание"; метание мяча на дальность и в цель; кросс до 1 км; передача эстафеты; прыжок в длину в шаге.

Лыжная подготовка: Попеременный двухшажный ход; одновременный бесшажный; подъем наискось "полуелочкой"; торможение "плугом"; повороты переступанием; передвижение на лыжах до 2,5 км.

Элементы спортивных игр: *баскетбол* (стойка игрока, передвижения, остановка прыжком, ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении, ведение мяча правой и левой рукой, бросок мяча одной рукой с места); *пионербол* (стойка игрока, передвижения, верхняя передача мяча);

Развитие двигательных качеств: ловкости, быстроты движений, скоростно-силовых, выносливости, гибкости, силы.

VI класс

Требования к знаниям. Правила безопасного поведения на занятиях по физическому воспитанию. Влияние самостоятельных занятий на физическое развитие, уровень развития качеств и состояние здоровья. Упражнения и простейшие комплексы упражнений для самостоятельного развития физических качеств учащихся. Простейшие правила регулирования нагрузки при самостоятельных занятиях. Упрощенные правила изучаемой спортивной игры.

Требования к двигательным умениям и навыкам:

Гимнастика: освоить кувырок вперед в стойку на лопатках (мальчики); "полушпагат" с опорой руками (девочки); преодоление горизонтальных препятствий.

Элементы спортивных игр: баскетбол (ловля и передача мяча двумя руками от груди с шагом и сменой мест, ведение мяча шагом и бегом, бросок мяча от плеча после ведения); **пионербол** (перемещение приставными шагами, передача мяча сверху в парах на месте и после перемещения вперед, прием мяча снизу на месте).

Легкая атлетика: бег 60 м с максимальной скоростью. Стартовый разгон. Бег 1000 м. Прыжки в высоту с разбега способом "перешагивание", в длину – способом "согнув ноги" – разбег, отталкивание, Метание малых мячей в горизонтальную цель и на дальность с 4-5 шагов разбега.

Лыжная подготовка: одновременный, двухшажный и бесшажный ходы. Подъем "елочкой". Торможение и поворот упором. Прохождение дистанции 1 км. Игры: "Остановка рывком", "Эстафета с передачей палок", "С горки на горку" и др.

Кросс: до 1 км

Развитие двигательных качеств: скоростно-силовых, выносливости, ловкости, быстроты движений, гибкости, силы.

VII класс

Требования к знаниям. Правила безопасного поведения на физкультурных занятиях. Влияние физкультурных и спортивных занятий на состояние здоровья. Упражнения для развития группы мышц у мальчиков и формирование фигуры у девочек. Упражнения и простейшие комплексы упражнений для самостоятельного развития физических качеств.

Требования к двигательным умениям и навыкам.

Гимнастика: кувырок назад в упор стоя ноги врозь, передвижение в висе на руках (мальчики) – размахивание изгибами, поднимание согнутых ног в висе, прыжки; на одной ноге, расхождение при встрече.

Элементы спортивных игр: баскетбол (ведение мяча с изменением направления и скорости, передача мяча от плеча, броски мяча в движении после двух шагов, игра в мини-баскетбол); **волейбол** (передача мяча сверху через сетку, прием мяча снизу после перемещения вперед, нижняя прямая передача через сетку).

Легкая атлетика: бег с переменной скоростью до 1000 м, прыжки в длину с разбега способом "согнув ноги" – движение рук и ног в полете, прыжки в высоту с разбега способом "перешагивание" – переход планки и уход от планки, метание малого мяча на дальность с разбега, в цель, преодоление небольших вертикальных и горизонтальных препятствий.

Лыжная подготовка: одновременный одношажный ход; подъем в гору скользящим шагом; преодоление бугров и впадин при спуске с горы; поворот на месте махом; прохождение дистанции до 3,5 км; игры: «Гонка с преследованием», «Гонка с выбыванием» и др.

Развитие двигательных качеств: скоростно-силовых, ловкости, быстроты движений, гибкости, силы, общей выносливости.

VIII класс

Требования к знаниям. Правила безопасного поведения на занятиях по физическому воспитанию. Влияние физкультурных и спортивных занятий на красоту движений. Упражнения и простейшие комплексы упражнений для самостоятельного развития физических качеств. Правила регулирования нагрузки при самостоятельных занятиях. Понятие здорового образа жизни, требования здорового образа жизни к двигательному режиму. Несовместимость здорового образа жизни и вредных привычек. Правила одной из спортивных игр. Правила одной из подвижных игр на местности.

Требования к двигательным умениям и навыкам:

Гимнастика: длинный кувырок, стойка на лопатках, мост.

Спортивные игры: *баскетбол* (штрафной бросок, передача мяча в парах, на месте, при встречном движении и с отскоком от пола, персональная защита, вырывание и выбивание мяча, двухсторонняя игра); *волейбол* (многократные передачи мяча над собой, отбивание мяча кулаком, прием мяча снизу, нижняя прямая передача, учебная игра);

Легкая атлетика: старт из положения лежа. Бег с переменной скоростью до 2 км. Прыжки с разбега в высоту способом «перешагивание», в длину способом «согнув ноги» – подбор индивидуального разбега. Метание малого мяча. Преодоление небольших вертикальных и горизонтальных препятствий.

Кросс: бег в гору и под гору, преодоление препятствий, бег с изменением темпа, бег до 1.5 км.

Лыжная подготовка: одновременный одношажный ход – стартовый вариант. Коньковый ход. Торможение и поворот «плугом». Прохождение дистанции 4 км. Игры «Гонка с выбыванием» и др.

Развитие двигательных качеств – скоростно-силовой выносливости, силы, быстроты движений, гибкости, ловкости.

IX класс

Требования к знаниям. Правила безопасного поведения на занятиях по физическому воспитанию. Значение физкультурных и спортивных занятий по физическому воспитанию для профессиональной деятельности, понятие о профессионально-прикладной физической подготовке, правила использования физических упражнений с целью подготовки профессии. Упражнения и комплексы упражнений для самостоятельного развития физических качеств. Понятие о допустимой и оптимальной нагрузке.

Правила самоконтроля при занятиях физическими упражнениями. Требования здорового образа жизни к чередованию работы и отдыха. Пагубное влияние вредных привычек на физическое состояние и здоровье человека.

Требования к двигательным навыкам и умениям:

Гимнастика: стойка на лопатках; поворот в полуприседе на скамейке, мини-комплекс ритмической гимнастики.

Спортивные игры: *баскетбол* (передача мяча в движении, ведение попеременно правой и левой рукой, персональная защита, броски мяча по кольцу после ведения и двух шагов, двусторонняя игра); *волейбол* (передача мяча у сетки, передача мяча через сетку в прыжке, передача мяча стоя, обманные движения с уходом в сторону, двусторонняя игра).

Легкая атлетика: низкий старт, бег по повороту. Передача эстафеты. Бег до 2 км. Прыжки в высоту с разбега способом "перешагивание" и в длину с разбега способом "согнув ноги". Метание малого мяча на дальность с разбега. Преодоление небольших препятствий с наскоком и перепрыгиванием.

Лыжная подготовка: переход с одновременных ходов на попеременные. Преодоление препятствий. Прохождение дистанции и 4 — 5 км.

Кросс: бег по пересеченной местности, преодоление препятствий с ходу, бег с изменением скорости, финишное ускорение, пробегание дистанции до 2 км.

Развитие двигательных качеств: скоростно-силовых, общей и скоростной выносливости, гибкости, силы, ловкости.

ТРЕБОВАНИЯ К УЧАЩИМСЯ, ОКОНЧИВАЮЩИМ БАЗОВУЮ ШКОЛУ

Уверенно владеть навыками основных циклических движений. Уметь выполнять гимнастические упражнения на снарядах, со снарядами и инвентарём, метать мяч на дальность и в цель, владеть способами прыжков в длину и высоту, преодолевать отдельные вертикальные и горизонтальные препятствия, играть в одну из спортивных игр. Выполнить все контрольные упражнения. Самостоятельно заниматься физическими упражнениями.

Владеть знаниями в области физической культуры, необходимыми для проведения самостоятельных занятий. Владеть основными навыками самоконтроля, дозирования нагрузки.

Материально - техническое обеспечение

Для занятий физической культурой в школе есть:

Спортивный зал, две спортивные площадки, тренажёрный зал, также всё необходимое оборудование для занятий по отдельным видам спорта.

Тематическое планирование по физической культуре 5 класс.

| №п/п | Дата | Тема. | Знания и умения, отрабатываемые на уроке | Средства обучения и формы организации урока. | Способы контроля над усвоением знаний и умений. | Коррекционные задачи. |
|------------------------------------|------|---|---|--|---|---|
| 1 четверть Лёгкая атлетика. | | | | | | |
| 1. | | Правила т/б. Задачи на 5 класс | Ознакомить с правилами техники безопасности на уроках по легкой атлетике. Ознакомить с задачи в 5 классе. | Учебник. | Вопросы учителя. | Развивать связную речь, зрительное восприятие, логическое мышление. |
| 2. | | Высокий старт. Бег 30 м с высокого старта. | Ознакомить с высоким стартом. Учить бег 30 м с высокого старта. | Учебник. | Вопросы учителя. | Развивать логическое мышление. |
| 3. | | Разновидность ходьбы. Высокий старт. | Ознакомить с ходьбой с изменением длины и частоты шага. Учить высокий старт. | Учебник. СекундомерР улетка. | Вопросы учителя. | Развивать связную речь, зрительное восприятие, логическое мышление. |
| 4. | | Ходьбе в различном темпе под звуковые сигналы. Техника высокого старта. | Учить ходьбе в различном темпе под звуковые сигналы. Совершенствовать технику высокого старта. | Секундомер Свисток. | Вопросы учителя. | Развивать память, речь. |
| 5. | | Бег в медленном темпе. Метание теннисного мяча. | Учит медленному бегу в темпе до 6 минут. Ознакомить с метанием теннисного мяча. | | Вопросы учителя. Прыжки в длину. | Развивать зоркость, мышление, память. |
| 6. | | Перестроение из одной колонны в две. Шестиминутный бег. | Учить перестроение из одной колонны в две. Повторить шестиминутный бег. | Свисток. Секундомер | Проверка выполненного задания | Развивать зоркость, мышление, память. |
| 7. | | Метание теннисного мяча. Круговая эстафета с этапом до | Ознакомить с метанием теннисного мяча на дальность. Провести круговую эстафету с этапом до 50 м. | . Рулетка. Свисток | Вопросы учителя. Прыжки в длину. | Развивать зоркость, мышление, память. |

| | | | | | | |
|-----|--|--|---|------------------------------------|-------------------------------|---|
| | | 50 м. | | | | |
| 8. | | Медленный бег. Прыжки в длину с места. | Совершенствовать медленный бег. Учить прыжки в длину с места. | . Рулетка. Свисток. Теннисный мяч. | Проверка выполненного задания | Развивать зоркость, мышление. |
| 9. | | Прыжки в длину с места. Беседа о домашних заданиях по физической культуре. | Учить прыжки в длину с места. Провести краткую беседу о домашних заданиях по физической культуре. | Рулетка. Свисток. | . Проверка выполненных работ | Развивать зоркость, мышление, память. |
| 10. | | Бег 60 м с высокого старта. Челночный бег 3 x 10 м. | Учить бег 60 м с высокого старта. Ознакомить с челночным бегом 3 x 10 м. | Мел. Рулетка. Свисток. | Проверка выполненных работ | Развивать мышление, память. |
| 11. | | Бег в коридорчике. Провести учет по подтягиванию. | Учить бегать в коридорчике из различных исходных положений. Провести учет по подтягиванию. | Мел. Рулетка. Свисток. | Проверка выполненных работ | Развивать зоркость, мышление. |
| 12. | | Бег 60 метров на скорость. | Приём контрольных нормативов. Бег 60 метров на скорость. | Мячи. Свисток | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 13. | | Челночный бег 3 x 10 м. Спецбеговые упражнения. | Учить челночный бег 3 x 10 м. Повторить бег с высоким подниманием бедра, захлестом голени. | Рулетка. Свисток | \Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, речь. |
| 14. | | Бег на скорость. Прыжки в длину с места. | Бег на скорость. Прыжки в длину с места. | Рулетка. Свисток. Секундомер | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, речь учащихся. |
| 15. | | Прыжки в длину. Челночный бег. | Совершенствовать прыжки в длину. Учить челночному бегу 3 x 10 м. | Рулетка. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать речь учащихся, зрительную память. |
| 16. | | Броски набивного мяча. Игры. | Ознакомить с бросками набивного мяча. Игры. | Набивные мячи. рулетка | Проверка выполненных работ. | Развивать связную речь, зрительное восприятие, логическое мышление. |

| | | | | | | |
|-----|--|---|---|-------------------------------|--|---|
| 17. | | Полоса препятствий. | Ознакомить с полосой препятствий. | Свисток. | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| | | | Элементы спортивных игр | | | |
| 18. | | Стойка игрока. Перемещение в стойке. | Ознакомить стойкой игрока. Учить перемещение в стойке приставными шагами боком, спиной и лицом вперед. | Мячи. Свисток | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 19. | | Передачи мяча. Подвижные игры по выбору учащихся. | Ознакомить с передачей мяча. Подвижные игры по выбору учащихся. | Мячи. Свисток. | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 20. | | Гигиена повседневного быта. Эстафеты с передачей мяча. | Гигиена повседневного быта. Провести эстафету с передачей мяча. | Мячи. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать внимание, логическое мышление, память. |
| 21. | | Здоровый образ жизни. Ведение мяча с передачей двумя руками от груди. | Здоровый образ жизни. Учить ведение мяча и передача двумя руками от груди. | Мячи. Свисток. | Проверка выполненных работ. Вопросы учителя. | Развивать внимание, логическое мышление, память. |
| 22. | | Полоса препятствий. Передачи мяча. Учебная игра. | Ознакомить с полосой препятствий. Учить передачи мяча изученными способами. Учебная игра. | Мячи. Свисток. | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 23. | | Передачи мяча. Ведение мяча. | Учить передачи мяча одной рукой от плеча на месте. Ознакомить с ведением мяча с изменением направления. | Мячи. Свисток. | . Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 24. | | Режим дня. Ведения мяча. | Режим дня. Учить ведение мяча с изменением направления на месте и в движении с последующей передачей двумя руками партнеру. | Учебник. Мячи. Свисток. | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 25. | | Метание мяча в цель. Учебная игра в баскетбол. | Учить метание мяча в цель. Учебная игра в баскетбол. | Мячи. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать речь учащихся, зрительную память. |
| 26. | | Прыжки через скакалку. Учебная | Учить прыжки через скакалку. Учебная игра в | Учебник. Тетрадь. | Проверка выполненных | |

| | | | | | | |
|-----|--|--|--|-------------------------------|---|---|
| | | игра в баскетбол. | баскетбол. | | работ. Вопросы учителя. | |
| 27. | | Учебная игра в баскетбол. Итоговое занятие | Учить играть в баскетбол. Итоговое занятие | Мячи. Свисток. | Проверка игры в баскетбол | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| | | | 2 четверть Гимнастика | | | |
| 28. | | Правила техники безопасности. Строевые упражнения. | Ознакомить с правилами техники безопасности во время занятий в гимнастическом зале. Учить строевые упражнения. | Учебник. Свисток | Вопросы учителя. Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 29. | | Влияние физических упражнений на укрепление здоровья. Кувырок назад в группировке. | Ознакомить с влиянием физических упражнений на укрепление здоровья. Учить кувырок назад в группировке. | Учебник. Маты. Свисток. | Вопросы учителя. Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 30. | | Упражнения для сохранения правильной осанки. Лазание по гимнастической стенке. | Значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки. Учить лазание по гимнастической стенке. | Учебник. Шведская стенка. | Вопросы учителя. Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 31. | | Перестроение. 2-3 кувырка вперед, мост. | Учить перестроение из колонны по одному, в колонну по четыре. Ознакомить 2-3 кувырка вперед, мост. | Свисток. Маты. | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 32. | | 2-3 кувырка вперед. Пионербол. | Учить 2-3 кувырка вперед. Пионербол. | Свисток. Маты. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 33. | | Перестроение. Стойка на лопатках, мост. | Повторить перестроение из колонны по одному, в колонну по четыре. Учить стойке на лопатках, мост. | Свисток. Маты. | Проверка выполненных работ. | Развивать внимание, логическое мышление, память. |
| 34. | | Комбинации из нескольких | Учить комбинации из нескольких акробатических упражнений (стойка на лопатках, кувырок назад и | Свисток. Маты. | Проверка выполненных работ. Вопросы | Развивать внимание, логическое мышление, координацию. |

| | | | | | | |
|-----|--|--|--|---|-----------------------------|--|
| | | акробатических. | два кувырка вперед). | | учителя. | |
| 35. | | Кувырки вперед, назад в стойку на лопатках. | Учить кувырки вперед, назад в стойку на лопатках. | Свисток. Маты. | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление, координацию. |
| 36. | | Лазание по наклонной гимнастической скамейке. Перекаты в группировке. | Учить лазание по наклонной гимнастической скамейке. Ознакомить с перекатами в группировке. | Гимнастическая скамейка. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать внимание, память, координацию. |
| 37. | | Ходьба по рейке гимнастической скамейки. Игра-эстафета с мячами. | Учить ходьбе на носках по рейке гимнастической скамейки с перешагиванием через мячи. Ознакомить с эстафетой с мячами. | Гимнастическая скамейка. Мячи. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, координацию. |
| 38. | | Кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев. Игра пионербол. | Учить кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев. Повторить игру в пионербол. | Маты. Мячи | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 39. | | Строевой шаг, перестроение в колонне. Ходьба по гимнастической скамейке. | Учить строевой шаг, перестроение в колонне. Ознакомить с ходьбой приставными шагами по гимнастической скамейке. | Скамейка. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 40. | | Перекаты в группировке. Игра по желанию учащихся. | Учить перекаты в группировке с последующей опорой руками за головой. Игра по желанию учащихся. | Маты. Мячи. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, координацию. |
| 41. | | Комплекс ОРУ. Полоса препятствий. | Разучить комплекс ОРУ в исходных положениях сидя и лежа на полу. Ознакомить с полосой препятствий. | Коврики. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 42. | | Комплекс упражнений на ковриках. Игры. | Повторить комплекс упражнений на ковриках. Учить игры на гимнастической скамейке. | Гимнастическая лестница. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |

| | | | | | | |
|-----|--|--|--|-----------------------------------|-------------------------------|---|
| 43. | | Лазание по наклонной скамейке. Провести контрольный шестиминутный бег. | Учить лазание по наклонной скамейке. Провести контрольный шестиминутный бег. | Гимнастическая лестница. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| | | | Элементы спортивных игр. | | | |
| 44. | | Перемещения в стойке игрока. Ловля и передача мяча. | Учить перемещение в стойке игрока. Ознакомить с ловлей и передачей мяча. | Мячи. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 45 | | Ведение мяча. Эстафета с ведением. | Учить ведение мяча в низкой стойке. Ознакомить с эстафетой ведения мяча и бросками по кольцу. | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 46. | | Комплекс ОРУ с предметами (мячи). Ведение мяча. | Повторить эстафеты с мячом. Ознакомить с комплексом упражнений с предметами (мячи). Учить ведения мяча в низкой и средней стойке. | Мячи. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление |
| 47. | | Эстафеты с мячом. | Эстафеты с мячом. | Мячи. Свисток. | . Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, речь учащихся. |
| 48 | | Учебная игра. Подведение итогов урок за вторую четверть. | Учебная игра. Подведение итогов за вторую четверть | Мячи. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, речь. |
| | | | 3 четверть. Лыжная подготовка. | | | |
| 49. | | Значение занятий на лыжах. Т. б. на занятиях по лыжной подготовке. | Рассказать о значении занятий на лыжах и температурном режиме. Ознакомить с техникой безопасности на занятиях по лыжной подготовке | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 50. | | Длительное скольжение на одной лыже в скользящем шаге. | Учить длительному скольжению на одной лыже в скользящем шаге. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 51. | | Построение с лыжами. Поворот переступанием в | Построение с лыжами в руках, укладке лыж на снег и надевание креплений. Ознакомить с поворотом переступанием в движении. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать внимание, логическое мышление, память. |

| | | | | | | |
|-----|--|---|---|----------------------|--|---|
| | | движении. | | | | |
| 52. | | Скольльзящий шаг. Свободное скольжение по лыжне. | Учить согласованность движений рук и ног при постановке маховой ноги в скольльзящем шаге. Свободное скольжение по лыжне. | Учебник. Тетрадь. | Проверка выполненных работ. Вопросы учителя. | Развивать логическое мышление, память. |
| 53. | | Попеременный двухшажный ход. | Ознакомить с отталкиванием рукой в попеременном двухшажном ходе. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 54. | | Попеременный двухшажный ход. Подвижные игры. | Учить отталкивание рукой в попеременном двухшажном ходе. Подвижные игры. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 55. | | Одновременный двухшажный ход. Пройти в медленном темпе 1500 м. | Согласованность движений рук и ног в одновременном двухшажном ходе. Пройти в медленном темпе 1500 м. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, речь учащихся. |
| 56. | | Одновременный бесшажный ход. | Учить разгибанию рук при отталкивании в одновременном бесшажном ходе. | Лыжи. Палки. | проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 57. | | Повороты переступанием в движении. Игры. | Совершенствовать повороты переступанием в движении. Игры. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 58. | | Одновременный двухшажный ход. | Учить постановке палки на снег и приложению усилий при отталкивании руками в одновременном двухшажном ходе. | Лыжи. Палки. | Вопросы учителя. Карточки. Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 59. | | Пройти в медленном темпе 1000 м. | Учить проходить дистанцию в медленном темпе 1000 м. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 60. | | Одновременный бесшажный ход. | Учить движению туловища в одновременном бесшажном ходе на разной скорости передвижения. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, выносливость. |
| 61. | | Попеременный двухшажный ход. | Учить технике передвижения попеременным двухшажным ходом. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, речь учащихся. |

| | | | | | | |
|-----|--|---|---|-------------------|-----------------------------|---|
| | | | | | работ. | |
| 62. | | Попеременный двухшажный ход. | Совершенствовать движение руки за бедро при окончании отталкивания в попеременном двухшажном ходе. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 63. | | Одновременный двухшажном ходе. | Отталкивание руками в одновременном двухшажном ходе. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, речь учащихся. |
| 64. | | Эстафеты с этапом до 50 м. Повороты на месте и в движении. | Провести эстафету с этапом до 50 м с поворотами и касанием рукой плеча. Повороты на месте и в движении. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, речь учащихся. |
| 65. | | Повороты на месте и в движении. | Учить повороты на месте и в движении. | Лыжи. Палки.. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 66. | | Свободное скольжение по лыжне. | Совершенствовать свободное скольжение по лыжне. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 67. | | Двухшажный попеременный ход. Повороты переступанием на месте. | Учить передвижение двухшажным попеременным ходом. Повороты переступанием на месте. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, речь. |
| 68. | | Пройти дистанцию 1 км. Свободное скольжение по лыжне | Пройти дистанцию 1 км. Свободное скольжение по лыжне | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| | | | Элементы спортивных игр. | | | |
| 69. | | Передвижение по диагонали, «змейкой». Эстафеты. | Учить передвижение по диагонали, «змейкой». Совершенствовать шаги галопа в парах. Ознакомить с эстафетой с ведением и бросками по кольцу. | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 70. | | Шаги галопа в парах. Игры по | Повторить шаги галопа в парах. Игры по выбору учащихся. | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, ловкость, |

| | | | | | | |
|-----|--|--|---|------------------------------------|-----------------------------|---|
| | | выбору учащихся. | | | работ. | скорость |
| 71. | | Ведение мяча без сопротивления защитника в парах. | Учить ведение мяча без сопротивления защитника в парах. | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 72. | | Передачи мяча на месте и в движении. | Учить ловле и передачи мяча двумя руками от груди и одной от плеча на месте и в движении. | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, ловкость, скорость |
| 73. | | Броски одной и двумя руками на месте и в движении. | Учить броски одной и двумя руками на месте и в движении. | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 74. | | Ходьба, бег и выполнение заданий. | Учить ходьбе и бегу с выполнением заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.). | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 75. | | Перемещение в стойке приставными шагами. | Учить перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 76. | | Стойки игрока, перемещение в стойке. | Стойки игрока. Совершенствовать перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать внимание, зрительную память, логическое мышление. |
| 77 | | Ловля и передача мяча. | Учить ловле и передачи мяча двумя руками от груди и одной от плеча на месте и в движении. | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ | Развивать внимание, логическое мышление. |
| 78. | | Броски одной и двумя руками на месте и в движении. | Учить броски одной и двумя руками на месте и в движении. | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память. |
| | | | 4 четверть Лёгкая атлетика | | | |
| 79. | | Правила т/б. Прыжки в высоту. | Рассказать о правилах по т/б на уроках по легкой атлетике. Учить прыжки в высоту. | Свисток. Кегли. Маты. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь, координацию. |
| 80. | | Виды и приемы закаливания. Сдача рапорта. Челночный бег. | Виды и приемы закаливания. Учить сдачу рапорта учителю, приветствие. Совершенствовать челночный бег. | Свисток. Рулетка. Секундомер | Проверка выполненных работ. | Развивать внимание, логическое мышление. |
| 81. | | Виды ходьбы, многоскоки, | Учить различные виды ходьбы, многоскоки, медленный бег. Ознакомить с прыжками в | Свисток. Рулетка. | Проверка выполненных | Развивать внимание, логическое мышление, |

| | | | | | | |
|-----|--|--|---|----------------------------------|--|---|
| | | медленный бег. Прыжки в высоту. | высоту с прямого разбега. | | работ. | память. |
| 82. | | Прыжки в высоту с прямого разбега. Метание в вертикальную цель. | Закрепить технику прыжка в высоту с прямого разбега. Учить метание в вертикальную цель. | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память. |
| 83. | | Комплекс ОРУ со скакалкой. Высокий старта от 15 до 30 м. | Разучить комплекс упражнений со скакалкой. Учить высокий старта от 15 до 30 м. | Скакалки. Рулетка. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 84. | | Перестроения из одной шеренги в две. Прыжки в высоту с прямого разбега. | Перестроения из одной шеренги в две. Учить прыжки в высоту с прямого разбега. | Секундомер Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 85. | | Медленный бег до 10 минут. Прыжки в длину с места | Учить медленному бегу до 10 минут. Повторить прыжки в длину с места. | Секундомер Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 86. | | Прыжки со скакалкой. Командная игра. | Учить прыгать со скакалкой. Провести командную игру с любым предметом. | Свисток. Маты. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 87. | | Медленный бег. Прыжки в длину с места. Игры по выбору учащихся. | Учить бегать в медленном темпе. Совершенствовать прыжки в длину с места. Игры по выбору учащихся. | Рулетка. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 88. | | Полоса препятствий. Игра: «Вызов номеров». | Преодоление полосы препятствий. Игра: «Вызов номеров». | Рулетка. Свисток. | Проверка выполненных работ. Вопросы учителя. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 89. | | Скоростной бег до 40 м. Метание малых мячей в горизонтальную цель. Игры. | Совершенствовать скоростной бег до 40 м. Учить метание малых мячей в горизонтальную цель. Игры. | Секундомер Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 90 | | Броски набивного мяча. | Учить броски набивного мяча (3 кг мальчики, 1 кг девочки) двумя руками с низу. | Набивные мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |

| | | | | | | |
|----|--|--|---|---------------------------------------|-----------------------------|---|
| | | | | Рулетка. Свисток. | работ. | мышление. |
| 91 | | Совершенствовать бег на скорость до 60м. Многоскоки. | Совершенствовать бег на скорость до 60м. Учить многоскоки с ноги на ногу (до 8 прыжков). | Набивные мячи. Рулетка. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 92 | | Бег на короткие дистанции. Совершенствовать прыжки в длину с места и разбега | Учить бег на короткие дистанции. Совершенствовать прыжки в длину с места и разбега | Мячи. Рулетка. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 93 | | Бег на короткие дистанции. Стартовый разбег. Учить метание теннисного мяча на дальность. | Повторить бег на короткие дистанции. Стартовый разбег. Учить метание теннисного мяча на дальность. | Мячи. Рулетка. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 94 | | Метание теннисного мяча на дальность. Игры по выбору учащихся. | Учить метание теннисного мяча на дальность. Игры по выбору учащихся. | Мячи. Рулетка. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 95 | | Медленный бег до 8 мин. Метание теннисного мяча. | Повторить медленный бег до 8 мин. Учить метанию теннисного мяча на дальность. | Мячи. Рулетка. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 96 | | Учет по прыжкам в длину с места. Встречная эстафета. | Учет по прыжкам в длину с места. Совершенствовать встречную эстафету. | Мячи. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 97 | | Метание мяча на дальность. Встречная эстафета. | Совершенствовать метание мяча на дальность с места. Встречная эстафета с этапом до 30 м с передачей эстафетной палочки. | Рулетка. Свисток | | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 98 | | Метание теннисного мяча на дальность. Бег 60 м. | Учить метание теннисного мяча на дальность. Провести учет по бегу на 60 м. | Мячи. Рулетка. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память логическое мышление. |

| | | | | | | |
|-----|---|---|---|------------------------------|-----------------------------|---|
| 99 | | Встречная эстафета. | Повторить встречную эстафету между двумя командами (с этапом до 30 м) с передачей эстафетной палочки. | Рулетка. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 100 | . | Наклоны вперед из положения сидя на полу. Учет по бегу 60 | Выполнить наклоны вперед из положения сидя на полу. Провести учет по бегу 60 . Игры по выбору учащихся. | Рулетка. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 101 | | Комплекс УГГ | Совершенствовать технику движений при выполнении комплекса УГГ | Мячи. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 102 | | Эстафета с ведением и передачей мячей. | Провести командную игру – эстафету с ведением и передачей мячей. | Мячи. Рулетка. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |

Тематическое планирование по физической культуре 6 класс

| №п/п | Дата | Тема. | Знания и умения, отрабатываемые на уроке | Средства обучения и формы организации урока. | Способы контроля над усвоением знаний и умений. | Коррекционные задачи. |
|--|------|---|--|--|---|---|
| 1 четверть Элементы спортивных игр | | | | | | |
| 1. | | День знаний. | Учить Бережному отношению к ЖОЗ. | Учебник. | Вопросы учителя. | Развивать связную речь, зрительное восприятие, логическое мышление. |
| 2. | | Правила т/б на уроках по легкой атлетике Задачи уроков в 6 классе. | Ознакомить с правилами т/б на уроках по легкой атлетике. Ознакомить с задачами уроков в 6 классе. | Учебник. | Вопросы учителя. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 3. | | Высокий старт. Бег 30 м с высокого старта. | Учить высокому старту. Ознакомить с бегом на 30 м с высокого старта. | Учебник. Секундомер Рулетка. | Вопросы учителя. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |

| | | | | | | |
|-----|--|---|---|--|-------------------------------------|---|
| 4. | | Ходьба с изменением длины и частоты шагов. Высокий старт, стартовый разбег. | Ознакомить с ходьбой с изменением длины и частоты шага. Учить высокий старт и стартовый разбег. | Секундомер Свисток. | Вопросы учителя. | Развивать память, речь. |
| 5. | | Ходьба в различном темпе под звуковые сигналы. Прыжки в длину с места. | Ознакомить с ходьбой в различном темпе под звуковые сигналы. Прыжки в длину с места. | Учебник. Рулетка. Свисток | Вопросы учителя. Прыжки в длину. | Развивать зоркость, мышление, память. |
| 6. | | Бег в медленном темпе до 12 минут. Игра. | Учить бегу в медленном темпе до 12 минут. Игра по выбору учащихся. | Свисток. Секундомер | Проверка выполненного задания | Развивать зоркость, мышление, память. |
| 7. | | Прыжки в длину. Подвижная игра. | Совершенствовать прыжки в длину с места. Ознакомить с правилами подвижной игры. | . Рулетка. Свисток | Вопросы учителя. Прыжки в длину. | Развивать зоркость, мышление, память. |
| 8. | | Метание теннисного мяча. Подвижная игра. | Учить метание теннисного мяча. Ознакомить с подвижной игрой «Кто дальше бросит». | . Рулетка. Свисток. Теннисный мяч. | Проверка выполненного задания | Развивать зоркость, мышление, речь. |
| 9. | | Челночный бег 3 x 10 м. Футбол. | Учить челночному бегу 3 x 10 м. Ознакомить с упрощенными правилами в футбол. | Рулетка. Свисток. | . Проверка выполненных работ | Развивать зоркость, мышление, память. |
| 10. | | Бег в коридорчике из различных исходных положений. | Ознакомить с бегом в коридорчике из различных исходных положений. | Мел. Рулетка. Свисток. | Проверка выполненных работ | Развивать мышление, память. |
| 11. | | Бег 60 м с высокого старта. Челночный бег 3 x 10 м. | Учить бег на 60 м с высокого старта. Совершенствовать челночный бег. | Мел. Рулетка. Свисток. | Проверка выполненных работ | Развивать зоркость, мышление, память. |
| 12. | | Бег до 10 мин. Подтягивание на перекладине. Игры по выбору учащихся. | Ознакомить с бегом на выносливость до 10 мин. Учить подтягиванию на перекладине. Учить играть и придумывать игры. | Мячи. Свисток | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 13. | | Бег с высоким подниманием бедра. Прыжки в длину с | Учить бег с высоким подниманием бедра. Продолжать учить прыжки в длину с разбега. | Рулетка. Свисток | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление. |

| | | | | | | |
|-----|--|--|---|------------------------------------|--|---|
| | | разбега. | | | | |
| 14. | | Бег 30 м с высокого старта. Игры. | Совершенствовать бег 30 м с высокого старта. Игры. | Рулетка. Свисток. Секундомер | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 15. | | Прыжки в длину. Челночный бег. | Совершенствовать прыжки в длину. Учить челночному бегу 3 x 10 м. | Рулетка. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать речь учащихся. |
| 16. | | Броски набивного мяча. Игры. | Учить броски набивного мяча. Игры. | Набивные мячи. рулетка | Проверка выполненных работ. Вопросы учителя. | Развивать речь учащихся, силу, выносливость. |
| 17. | | Полоса препятствий. | Ознакомить с полосой препятствий. | Свисток. | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, речь учащихся. |
| | | | Элементы спортивных игр | | | |
| 18. | | Стойка игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, спиной и лицом вперед. | Ознакомить со стойкой игрока. Учить перемещение в стойке приставными шагами боком, спиной и лицом вперед. | Мячи. Свисток | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 19. | | Ловля мяча двумя руками и передачи одной рукой от плеча. Броски по кольцу. | Ловля мяча двумя руками и передачи одной рукой от плеча. Броски по кольцу. | Мячи. Свисток. | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 20. | | Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке. | Учить ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке. | Мячи. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать внимание, логическое мышление, память. |
| 22. | | Передачи мяча одной рукой от плеча на месте. | Учить передачи мяча одной рукой от плеча на месте. | Мячи. Свисток. | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 23. | | Передачи мяча одной рукой от плеча на месте. Ведение мяча с изменением | Учить передачи мяча одной рукой от плеча на месте. Ознакомить с ведением мяча с изменением направления. | Мячи. Свисток. | . Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление. |

| | | | | | | |
|-----|--|---|---|---------------------------|--|---|
| | | направления. | | | | |
| 24. | | Гигиена повседневного быта. Ведения мяча на месте и в движении. | Ознакомить с гигиеной повседневного быта. Учить ведение мяча на месте и в движении. | Учебник. Мячи. Свисток. | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 25. | | Режим дня. Преодоление полосы препятствий. | Ознакомить с режимом дня. Учить преодоление полосы препятствий. | Мячи. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать речь учащихся, логическое мышление. |
| 26. | | Ловля и передача мяча двумя руками на месте и в движении без сопротивления защитника. Учебная игра в баскетбол. | Учить ловле и передаче мяча двумя руками на месте и в движении без сопротивления защитника. Учебная игра в баскетбол. | Учебник. Тетрадь. | Проверка выполненных работ. Вопросы учителя. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 27. | | Учебная игра в баскетбол. Итоговое занятие | Учить играть в баскетбол. Итоговое занятие | Мячи. Свисток. | Проверка игры в баскетбол | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| | | | 2 четверть Гимнастика | | | |
| 28. | | Правила техники безопасности во время занятий в гимнастическом зале. Строевые упражнения. | Ознакомить с правилами техники безопасности во время занятий в гимнастическом зале. Учить строевые упражнения. | Учебник. Свисток | Вопросы учителя. Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 29. | | Влияние физических упражнений на укрепление здоровья. Кувырок назад в группировке. | Ознакомить с влиянием физических упражнений на укрепление здоровья. Учить кувырок назад в группировке. | Учебник. Маты. Свисток. | Вопросы учителя. Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 30. | | Значение гимнастических упражнений для | Значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки. Учить лазание по гимнастической стенке. | Учебник. Шведская стенка. | Вопросы учителя. Проверка выполненных | Развивать зрительную память, логическое мышление. |

| | | | | | | |
|-----|--|--|--|-----------------------------------|--|--|
| | | сохранения правильной осанки. Лазание по гимнастической стенке. | | | работ. | |
| 31. | | Перестроение из колонны по одному, в колонну по четыре. 2-3 кувырка вперед, мост. | Учить перестроение из колонны по одному, в колонну по четыре. Ознакомить 2-3 кувырка вперед, мост. | Свисток. Маты. | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 32. | | Строевой шаг, размыкание и смыкание на месте. Стойка на лопатках, мост. | Учить строевой шаг, размыкание и смыкание на месте. Ознакомить со стойкой на лопатках, мост. | Свисток. Маты. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, речь. |
| 33. | | Строевой шаг, размыкание и смыкание на месте. Два кувырка вперед. | Совершенствовать строевой шаг, размыкание и смыкание на месте. Учить два кувырка вперед. | Свисток. Маты. | Проверка выполненных работ. | Развивать внимание, логическое мышление, память. |
| 34. | | Перестроение. Комбинации из нескольких акробатических. | Повторить перестроение. Учить комбинации из нескольких акробатических упражнений. | Свисток. Маты. | Проверка выполненных работ. Вопросы учителя. | Развивать внимание, логическое мышление, координацию. |
| 35. | | Кувырки вперед, назад, стойку на лопатках. | Учить кувырки вперед, назад, стойку на лопатках. | Свисток. Маты. | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление, координацию. |
| 36. | | Упражнения на гимнастической скамейке. Лазание по наклонной гимнастической скамейке. | Учить упражнения на гимнастической скамейке. Ознакомить с лазанием по наклонной гимнастической скамейке. | Гимнастическая скамейка. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать внимание, память, координацию. |
| 37. | | Ходьба на носках по рейке гимнастической | Учить ходьба на носках по рейке гимнастической скамейки с перешагиванием через мячи. | Гимнастическая скамейка. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, |

| | | | | | | |
|-----|--|---|---|--------------------------------------|-----------------------------|--|
| | | скамейки с перешагиванием через мячи. Игра-эстафета с мячами. | Ознакомить с эстафетой с мячами. | Свисток. | | координацию. |
| 38. | | Комбинация из нескольких акробатических упражнений. Игра пионербол. | Совершенствовать комбинации из нескольких акробатических упражнений. Игра в пионербол. | Маты. Мячи | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление, координацию. |
| 39. | | Строевой шаг, перестроение в колонне. Ходьба приставными шагами по гимнастической скамейке. | Учить строевой шаг, перестроение в колонне. Ознакомить с ходьбой приставными шагами по гимнастической скамейке. | Скамейка. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, речь. |
| 40. | | Перекаты в группировке с последующей опорой руками за головой. Игра по желанию учащихся. | Учить перекаты в группировке с последующей опорой руками за головой. Игра по желанию учащихся. | Маты. Мячи. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, координацию. |
| 41. | | Комплекс ОРУ в исходных положениях сидя и лежа на полу. Полоса препятствий. | Разучить комплекс ОРУ в исходных положениях сидя и лежа на полу. Ознакомить с полосой препятствий. | Коврики. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, речь. |
| 42. | | Лазание по гимнастической лестнице. Игры. | Совершенствовать лазание по гимнастической лестнице. Игры. | Гимнастическая лестница. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, координацию. |
| 43. | | Передвижение по диагонали, «змейкой». Лазание по наклонной | Учить передвижение по диагонали, «змейкой». Совершенствовать лазание по наклонной гимнастической скамейке. | Гимнастическая лестница. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, речь. |

| | | | | | | |
|-----|--|--|--|-------------------|--|---|
| | | гимнастической скамейке. | | | | |
| | | | Элементы спортивных игр. | | | |
| 44. | | Перемещения в стойке игрока. Ловля мяча двумя руками и передачи одной рукой от плеча. | Повторить перемещения в стойке игрока. Учить ловле мяча двумя руками и передачи одной рукой от плеча. | Мячи. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 45 | | Ведение мяча в низкой стойке. Эстафета с ведением мяча и бросками по кольцу. | Учить ведение мяча в низкой стойке. Ознакомить с эстафетой ведения мяча и бросками по кольцу. | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 46. | | Комплекс упражнений с предметами (мячи). Ведение мяча. | Ознакомить с комплексом упражнений с предметами (мячи). Учить ведения мяча в низкой и средней стойке. | Мячи. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 47. | | Учебная игра. Подведение итогов урок за вторую четверть. | Учебная игра. Подведение итогов урок за вторую четверть. | Мячи. Свисток. | Вопросы учителя. Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, речь. |
| | | | 3 четверть. Лыжная подготовка. | | | |
| 48. | | Значение занятий на лыжах и температурный режим. Т. б. на занятиях по лыжной подготовке. | Рассказать о значении занятий на лыжах и температурном режиме. Ознакомить с техникой безопасности на занятиях по лыжной подготовке | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 49. | | Длительное скольжение на одной лыже в скользящем шаге. | Учить длительному скольжению на одной лыже в скользящем шаге. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 50. | | Построение с лыжами. Поворот переступанием в | Построение с лыжами в руках, укладке лыж на снег и надеванию креплений. Ознакомить с поворотом переступанием в движении. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать внимание, логическое мышление, память. |

| | | | | | | |
|-----|--|--|--|-------------------|--|---|
| | | движении. | | | | |
| 51. | | Попеременный двухшажный ход. Одновременный бесшажный ход. | Ознакомить с движением маховой ноги в скользящем шаге и попеременном двухшажном ходе. Движение туловища в одновременном бесшажном ходе. Свободное скольжение по лыжне. | Учебник. Тетрадь. | Проверка выполненных работ. Вопросы учителя. | Развивать логическое мышление, память. |
| 52. | | Одновременный бесшажный ход. Свободное скольжение по лыжне. | Учить движение туловища в одновременном бесшажном ходе. Совершенствовать свободное скольжение по лыжне. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 53. | | Техника ступающего шага. Подвижные игры. | Продолжать обучение техники ступающего шага. Подвижные игры. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 54. | | Скользкий шаг. Попеременный двухшажный ход. | Скользкий шаг. Попеременный двухшажный ход. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, речь. |
| 55. | | Подъём ступающим шагом | Ознакомить с согласованностью движений рук и ног и опорой на палки в подъеме ступающим шагом. | Лыжи. Палки. | проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 56. | | Повороты переступанием в движении. Игры. | Совершенствовать повороты переступанием в движении. Игры. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 57. | | Одновременный двухшажный ход. Пройти в медленном темпе 1000 м. | Учить постановке палки на снег и приложению усилий при отталкивании руками в одновременном двухшажном ходе. Пройти в медленном темпе 1000 м. | Лыжи. Палки. | Вопросы учителя. Карточки. Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, речь. |
| 58. | | Пройти в медленном темпе 1000 м. | Учить проходить дистанцию в медленном темпе 1000 м. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 59. | | Одновременный бесшажный ход. | Учить движению туловища в одновременном бесшажном ходе на разной скорости передвижения. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 60. | | Попеременный двухшажный ход. | Учить технике передвижения попеременным двухшажным ходом. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |

| | | | | | | |
|-----|--|---|---|-------------------|-----------------------------|---|
| 61. | | Свободное скольжение по лыжне. | Совершенствовать свободное скольжение по лыжне. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 62. | | Лыжная эстафета. Свободное скольжение по лыжне. | Учить эстафете с этапом до 50 м с поворотами и касанием рукой плеча. Свободное скольжение по лыжне. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, внимание, речь. |
| 63. | | Попеременный двухшажный ход. | Обучение отталкиванию рукой в попеременном двухшажном ходе. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, речь учащихся. |
| 64. | | Пройти дистанцию 2000м. | Пройти дистанцию 2000м на результат. | Лыжи. Палки.. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 65. | | Двухшажный попеременный ход. | Совершенствовать технику передвижения двухшажным попеременным ходом | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 66. | | Пройти дистанцию 1000 м со средней скоростью. Игры. | Пройти дистанцию 1000 м со средней скоростью. Игры. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, речь. |
| 67. | | Повороты переступанием на месте и в движении. | Повторить повороты переступанием на месте и в движении. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| | | | Элементы спортивных игр. | | | |
| 68. | | Передвижение по диагонали, «змейкой». Эстафеты. | Учить передвижение по диагонали, «змейкой». Совершенствовать шаги галопа в парах. Ознакомить с эстафетой с ведением и бросками по кольцу. | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 69. | | Шаги галопа в парах. Игры по выбору учащихся. | Шаги галопа в парах. Игры по выбору учащихся. | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, речь учащихся. |
| 70. | | Ведение мяча без сопротивления защитника в парах. | Учить ведение мяча без сопротивления защитника в парах. | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 71. | | Ловля и передача | Ловля и передача мяча двумя руками от груди и | Свисток. | Проверка | Развивать зрительную |

| | | | | | | |
|-----|--|--|--|-----------------------------|-----------------------------|---|
| | | мяча двумя руками от груди и одной от плеча на месте и в движении. | одной от плеча на месте и в движении. | Мячи. | выполненных работ. | память, логическое мышление, связную речь. |
| 72. | | Броски одной и двумя руками на месте и в движении. | Броски одной и двумя руками на месте и в движении. | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, речь. |
| 73. | | Ходьба, бег и выполнение заданий. | Учить ходьбе и бегу с выполнением заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.). | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 74. | | Перемещение в стойке приставными шагами. | Учить перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 75. | | Стойки игрока, перемещение в стойке. | Стойки игрока. Совершенствовать перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать внимание, логическое мышление. |
| 76. | | Ловля и передача мяча. | Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной от плеча на месте и в движении. | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ | Развивать внимание, логическое мышление. |
| 77. | | Броски одной и двумя руками на месте и в движении. | Учить броски одной и двумя руками на месте и в движении. | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 78. | | Учебная игра в пионербол. Подведение итогов за 3 четверть. | Учебная игра в пионербол. Подведение итогов за 3 четверть. | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| | | | 4 четверть Лёгкая атлетика. | | | |
| 79. | | Правила т/б . Прыжки в высоту. | Рассказать о правилах по т/б на уроках по легкой атлетике. Учить прыжки в высоту. Провести игру «Успей взять кеглю». | Свисток. Кегли. Маты. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь, координацию. |
| 80. | | Виды и приемы закаливания. Сдача | Виды и приемы закаливания. Учить сдачу рапорта учителю, приветствие. | Свисток. Рулетка. | Проверка выполненных | Развивать внимание, логическое мышление. |

| | | | | | | |
|-----|--|--|---|----------------------------------|--|---|
| | | рапорта. Челночный бег. | Совершенствовать челночный бег. | Секундомер | работ. | |
| 81. | | Различные виды ходьбы, многоскоки, медленный бег. Прыжки в высоту. | Учит различные виды ходьбы, многоскоки, медленный бег. Ознакомить с прыжками в высоту с прямого разбега. | Свисток. Рулетка. | Проверка выполненных работ. | Развивать внимание, логическое мышление, память. |
| 82. | | Прыжки в высоту с прямого разбега. Метание в вертикальную цель. | Закрепить технику прыжка в высоту с прямого разбега. Учить метанию в вертикальную цель. | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 83. | | Комплекс упражнений со скакалкой. Высокий старт от 15 до 30 м. | Разучить комплекс упражнений со скакалкой. Учить высокий старт от 15 до 30 м. | Скакалки. Рулетка. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 84. | | Прыжки в высоту. Бег с ускорением до 30м. | Учет в прыжках в высоту с прямого разбега, способом согнув ноги. Познакомить с бегом на 30 метров с ускорением. | Секундомер Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 85. | | Медленный бег до 10 минут. Игра по выбору учащихся. | Совершенствовать медленный бег до 10 минут. Игра по выбору учащихся. | Секундомер Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 86. | | Прыжки в высоту. | Учить технике разбега в три шага в прыжках в высоту. | Свисток. Маты. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 87. | | Медленный бег. Спецбеговые упражнения. | Совершенствовать медленный бег. Учить спецбеговые упражнения. | Рулетка. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать внимание, связную речь. |
| 88. | | Полоса препятствий. Прыжки в длину с разбега. | Преодоление полосы препятствий. Учить прыжки в длину с разбега. | Рулетка. Свисток. | Проверка выполненных работ. Вопросы учителя. | Развивать внимание, зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 89. | | Скоростной бег до 40 м. Метание малых мячей в горизонтальную цель. Игры. | Совершенствовать скоростной бег до 40 м. Учить метание малых мячей в горизонтальную цель. Игры. | Секундомер Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, внимание. |
| 90 | | Броски набивного | Учить броски набивного мяча (3 кг мальчики, 1 | Набивные | Проверка | Развивать зрительную |

| | | | | | | |
|----|--|---|---|---------------------------------------|-----------------------------|---|
| | | мяча (3 кг мальчики, 1 кг девочки) двумя руками с низу. | кг девочки) двумя руками с низу. | мячи. Рулетка. Свисток. | выполненных работ. | память, связную речь. |
| 91 | | Прыжки в длину. Броски набивного мяча из-за головы. | Учить прыжки в длину. Познакомить с бросками набивного мяча из-за головы. | Набивные мячи. Рулетка. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, внимание, речь. |
| 92 | | Бег на скорость до 60м. Игра в футбол. | Учить бег на скорость до 60м. Совершенствовать игру в футбол с упрощенными правилами. | Мячи. Рулетка. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 93 | | Бег на короткие дистанции. Прыжки в длину с места и разбега. | Учить бег на короткие дистанции. Совершенствовать прыжок в длину с места и разбега. | Мячи. Рулетка. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, внимание. |
| 94 | | Бега на короткие дистанции, стартовый разбег. Метание теннисного мяча на дальность. | Учить технике бега на короткие дистанции, стартовому разбегу. Метание теннисного мяча на дальность. | Мячи. Рулетка. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 95 | | Медленный бег до 8 мин. Метание теннисного мяча. | Повторить медленный бег до 8 мин. Учить метанию теннисного мяча на дальность. | Мячи. Рулетка. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, внимание. |
| 96 | | Полоса препятствий. Игра по выбору учащихся. | Учить преодолевать полосу препятствий. Провести игру по выбору учащихся. | Мячи. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, внимание, речь. |
| 97 | | Прыжкам в длину с места. Встречная эстафета. | Провести учет по прыжкам в длину с места. Совершенствовать встречную эстафету. | Рулетка. Свисток | | Развивать зрительную память, внимание, связную речь. |
| 98 | | Метание теннисного мяча на дальность. Бег 60 м. | Метание теннисного мяча на дальность. Провести учет по бегу на 60 м. | Мячи. Рулетка. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 99 | | Встречная эстафета. | Встречная эстафета между двумя командами (с этапом до 30 м) с передачей эстафетной палочки. | Рулетка. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |

| | | | | | | |
|-----|---|--|--|------------------------------|-----------------------------|---|
| 100 | . | Прыжки в длину с места. Игры по выбору учащихся. | Провести учет по прыжкам в длину с места. Игры по выбору учащихся. | Рулетка. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 101 | | Комплекс УГГ | Совершенствовать технику движений при выполнении комплекса УГГ | Мячи. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 102 | | Эстафета с ведением и передачей мячей. | Провести командную игру – эстафету с ведением и передачей мячей. | Мячи. Рулетка. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |

Тематическое планирование по физической культуре. 7 класс.

| №п/п | Дата | Тема. | Знания и умения, отрабатываемые на уроке | Средства обучения и формы организации урока. | Способы контроля над усвоением знаний и умений. | Коррекционные задачи. |
|---|------|---|---|--|---|---|
| 1 четверть Элементы спортивных игр. | | | | | | |
| 1. | | Правила техники безопасности. ЗОЖ. | Ознакомить с правилами техники безопасности на уроках по лёгкой атлетике. Здоровый образ жизни и его слагаемые. | Учебник. | Вопросы учителя. | Развивать связную речь, зрительное восприятие, логическое мышление. |
| 2. | | Высокий старт. Бег 30 м с высокого старта. | Повторить высокий старт. Совершенствовать бег 30 м с высокого старта. | | Проверка выполненного задания | Развивать мышление, зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 3. | | Перестроение из одной шеренги в две. Бег. | Повторить перестроение из одной шеренги в две. Учить бег с изменением длины и частоты шагов. | Учебник. СекундомерР улетка. | Проверка выполненного задания | Развивать о, мышление, связную речь. |
| 4. | | Бег 40 м с высокого старта. Подвижная игра. | Ознакомить с бегом на 40 м с высокогостарта. Учить высокий старт и стартовый разбег. Подвижная игра. | Секундомер Свисток. | Проверка выполненного задания. | Развивать память, речь, координацию. |

| | | | | | | |
|-----|--|---|---|------------------------------------|----------------------------------|--|
| 5. | | Бег в медленном темпе до 12 минут. Метание мяча с двух шагов. | Совершенствовать бег в медленном темпе до 12 минут. Учить метание мяча с двух шагов. | Учебник. Рулетка. Свисток | Проверка выполненного задания. | Развивать зоркость, мышление, связную речь. |
| 6. | | Медленный бег. Прыжок в длину с места и 9-11 шагов. Подвижная игра. | Учить бегу в медленном темпе до 12 минут. Ознакомить с прыжками в длину с места и 9-11 шагов. Подвижная игра. | Свисток. Секундомер | Проверка выполненного задания | Развивать зоркость, мышление, память. |
| 7. | | Метание теннисного мяча. Подвижная игра. | Учить метание теннисного мяча на дальность. Подвижная игра «Кто дальше бросит». | Рулетка. Свисток. Мячи. | Проверка выполненного задания | Развивать зоркость, мышление, связную речь. |
| 8. | | Прыжки в длину с места. Футбол. | Учить прыжки в длину с места. Совершенствовать футбол с упрощенными правилами | . Рулетка. Свисток. Мячи. | Проверка выполненного задания | Развивать память, речь, координацию, зоркость. |
| 9. | | Прыжки в длину с разбега. Футбол. | Учить прыжки в длину с разбега. Футбол с упрощенными правилами. | Рулетка. Свисток. Мячи. | . Проверка выполненного задания. | Развивать зоркость, мышление, память. |
| 10. | | Бег в коридорчике из различных исходных положений. | Ознакомить с бегом в коридорчике из различных исходных положений. | Мел. Рулетка. Свисток. | Проверка выполненных работ | Развивать мышление, память, связную речь. |
| 11. | | Бег до 10 мин. Броски набивного мяча двумя руками снизу. | Учить бегу на выносливость до 10 мин. Совершенствовать броски набивного мяча двумя руками снизу. | Мел. Рулетка. Свисток. | Проверка выполненных работ | Развивать мышление, память, зоркость. |
| 12. | | Спецбеговые упражнения. Бег 60 метров. Прыжки в длину. | Ознакомить с спецбеговыми упражнениями. Учить бег 60 метров на скорость. Совершенствовать прыжки в длину. | Мячи. Свисток | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, мышление, речь. |
| 13. | | Челночный бег 3 x 10 м. Спецбеговые упражнения. | Учить бегу с высоким подниманием бедра и захлестом голени. Совершенствовать челночный бег 3 x 10 м. | Рулетка. Свисток. Секундомер | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, мышление, речь. |
| 14. | | Бег на скорость. Метание мяча. | Совершенствовать бег 30 м на скорость. Учить метание мяча в цель с места и разбега. | Рулетка. Свисток. | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое |

| | | | | | | |
|-----|--|--|---|------------------------------------|--|---|
| | | | | Секундомер | | мышление, связную речь. |
| 15. | | Круговая эстафета с этапом до 100 м. | Учить бегу на скорость. Ознакомить с круговой эстафетой с этапом до 100 м. | Рулетка. Свисток. Секундомер | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 16. | | Броски набивного мяча. Игры. | Учить броски набивного мяча. Игры. | Набивные мячи. рулетка | Проверка выполненных работ. Вопросы учителя. | Развивать зрительную память, речь, мышление. |
| 17. | | Полоса препятствий. | Ознакомить с полосой препятствий. | Свисток. | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, речь. |
| | | | Элементы спортивных игр | | | |
| 18. | | Стойка игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, спиной и лицом вперед. | Ознакомить со стойкой игрока. Учить перемещение в стойке приставными шагами боком, спиной и лицом вперед. | Мячи. Свисток | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 19. | | Ловля мяча двумя руками и передачи одной рукой от плеча. Броски по кольцу. | Учить ловле мяча двумя руками и передачи одной рукой от плеча. Повторить броски по кольцу. | Мячи. Свисток. | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 20. | | Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке. | Учить ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке. | Мячи. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 21. | | Комбинации из освоенных элементов владения мячом. | Учить комбинации из освоенных элементов техники перемещения и владения мячом. | Мячи. Свисток. | Проверка выполненных работ. Вопросы учителя. | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 22. | | Передачи мяча одной рукой от плеча на месте. | Учить передачи мяча одной рукой от плеча на месте. | Мячи. Свисток. | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 23. | | Ведение мяча на месте и в движении. | Учить передачи мяча одной рукой от плеча на месте. Ознакомить с ведением мяча с | Мячи. Свисток. | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое |

| | | | | | | |
|-----|--|---|---|-------------------------------|---|---|
| | | | изменением направления с последующей передачей партнёру. | | | мышление, связную речь. |
| 24. | | Броски мяча сверху, снизу, и сбоку согнутой и прямой рукой. | Учить броски мяча сверху, снизу, и сбоку согнутой и прямой рукой. | Мячи. Свисток. | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 25. | | Полоса препятствий. Передачи мяча изученными способами. | Ознакомить с полосой препятствий. Учить передачи мяча изученными способами. | Мячи. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 26. | | Ведение и передачи мяча на месте и в движении. Учебная игра. | Учить ловле и передаче мяча двумя руками на месте и в движении без сопротивления защитника. Учебная игра в баскетбол. | Учебник. Тетрадь. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 27. | | Учебная игра в баскетбол. Итоговое занятие | Учить играть в баскетбол. Подведение итогов за четверть. | Мячи. Свисток. | Проверка игры в баскетбол | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| | | | 2 четверть Гимнастика | | | |
| 28. | | Правила техники безопасности. Строевые упражнения. | Ознакомить с правилами техники безопасности во время занятий в гимнастическом зале. Учить строевые упражнения. | Учебник. Свисток | Вопросы учителя. Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 29. | | Влияние физических упражнений на укрепление здоровья. Кувырок назад. | Ознакомить с влиянием физических упражнений на укрепление здоровья. Учить кувырок назад в группировке. | Учебник. Маты. Свисток. | Вопросы учителя. Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление\. |
| 30. | | Значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки. Лазание по | Значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки. Учить лазание по гимнастической стенке. | Учебник. Шведская стенка. | Вопросы учителя. Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |

| | | | | | | |
|-----|--|--|---|---|--|---|
| | | гимнастической стенке. | | | | |
| 31. | | Перестроение. 2-3 кувырка вперед, мост. Игры. | Учить перестроение из колонны по одному, в колонну по четыре. Ознакомить 2-3 кувырка вперед, мост. Игры. | Свисток. Маты. | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 32. | | Строевой шаг, размыкание и смыкание на месте. Стойка на лопатках, мост. | Учить строевой шаг, размыкание и смыкание на месте. Ознакомить с стойкой на лопатках, мост. | Свисток. Маты. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 33. | | Кувырок вперед в стойку на лопатках (мальчики). Девочки: кувырок назад в полушпагат. | Учить кувырок вперед в стойку на лопатках (мальчики). Девочки: кувырок назад в полушпагат. | Свисток. Маты. | Проверка выполненных работ. | Развивать внимание, логическое мышление, память, координацию. |
| 34. | | Два кувырка вперед. Лазание по гимнастической лестнице. Игры. | Учить два кувырка вперед. Совершенствовать лазание по гимнастической лестнице. Игры. | Свисток. Маты. | Проверка выполненных работ. Вопросы учителя. | Развивать внимание, логическое мышление, зрительную память, связную речь. |
| 35. | | Перестроение. Комбинации из нескольких акробатических упражнений. | Совершенствовать перестроение. Учить кувырки вперед, назад, стойку на лопатках. | Свисток. Маты. | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 36. | | Кувырки вперед, назад, стойки на лопатках. | Учить кувырки вперед, назад, стойку на лопатках. | Маты. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать внимание, память, координацию. |
| 37. | | Ходьба на носках по рейке гимнастической скамейки. Эстафета с мячами. | Учить ходьба на носках по рейке гимнастической скамейки с перешагиванием через мячи. Ознакомить с эстафетой с мячами. | Гимнастическая скамейка. Мячи. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 38. | | Комбинация из нескольких акробатических упражнений. Игра | Совершенствовать комбинации из нескольких акробатических упражнений. Игра в пионербол. | Маты. Мячи | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление. |

| | | | | | | |
|-----|--|--|---|--------------------------------------|---|---|
| | | пионербол. | | | | |
| 39. | | Строевой шаг, перестроение в колонне. Перекаты в группировке. | Учить строевой шаг, перестроение в колонне. Ознакомить с перекатами в группировке. | Маты. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, координацию. |
| 40. | | Перестроение в колонне. Полоса препятствий. | Совершенствовать перестроение в колонне. Учи преодолевать полосу препятствий. | Маты. Мячи. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, мышление. |
| 41. | | Перестроение в колонне. Полоса препятствий. | Учить перестроение в колонне. Совершенствовать полосу препятствий. | Маты. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 42. | | Лазание по гимнастической лестнице. Игры. | Совершенствовать лазание по гимнастической лестнице. Игры. | Гимнастическая лестница. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 43. | | Передвижение по диагонали, «змейкой». Комплекс упражнений. | Учить передвижение по диагонали, «змейкой». Ознакомить комплексом упражнений сидя и лежа на полу. | Коврики. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, речь. |
| | | | Элементы спортивных игр. | | | |
| 44. | | Перемещение и владение мячом. Ведение мяча с изменением направления. | Учить перемещение и владение мячом. Совершенствовать ведение мяча с изменением направления. | Мячи. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 45. | | Ведения мяча в низкой и средней стойке. Игра с ведением мяча. | Учить ведение мяча в низкой стойке. Ознакомить с эстафетой ведения мяча и бросками по кольцу. | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 46. | | Ведение мяча на месте и в движении. | Учить ведение мяча на месте и в движении с изменением направления с последующей передачей партнеру. | Мячи. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 47. | | Броски мяча по кольцу. Учебная игра. | Учить Броски мяча по кольцу. Учебная игра. | Мячи. Свисток. | Вопросы учителя. Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |

| | | | | | | |
|-----|--|--|--|----------------------|--|--|
| 48. | | Учебная игра. Итоговое занятие. | Броски мяча по кольцу. Учебная игра. Итоговое занятие. | Мячи. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| | | | 3 четверть. Лыжная подготовка. | | | |
| 49. | | Значение занятий на лыжах и температурный режим. Т. б. на занятиях по лыжной подготовке. | Рассказать о значении занятий на лыжах и температурном режиме. Ознакомить с техникой безопасности на занятиях по лыжной подготовке | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 50. | | Длительное скольжение на одной лыже в скользящем шаге. | Учить длительному скольжению на одной лыже в скользящем шаге. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 51. | | Построение с лыжами. Поворот переступанием в движении. | Построение с лыжами в руках, укладке лыж на снег и надеванию креплений. Ознакомить с поворотом переступанием в движении. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 52. | | Скользящий шаг. Попеременный двухшажный ход. | Продолжать обучение отталкиванию ногой в скользящем шаге и попеременном двухшажном ходе. Ознакомить с отталкиванием ногой в одновременном двухшажном ходе. | Учебник. Тетрадь. | Проверка выполненных работ. Вопросы учителя. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 53. | | Техника ступающего шага. | Учить технике ступающего шага. Совершенствовать попеременный двухшажный ход. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 54. | | Одновременный одношажный ход. Игры по желанию учащихся. | Ознакомить с согласованностью движений рук и ног в одновременном одношажном ходе. Игры по желанию учащихся. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление связную речь. |
| 55. | | . Попеременный двухшажный ход. | Учить технике скольжения в попеременном двухшажном ходе. | Лыжи. Палки.. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 56. | | Одновременный одношажный ход. | Ознакомить с согласованностью движений рук и ног в одновременном одношажном ходе. Игры по желанию учащихся | Лыжи. Палки. | проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, ловкость, выносливость |
| 57. | | Повороты переступанием в | Учить повороты переступанием в движении. Игры. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных | Развивать зрительную память, связную речь. |

| | | | | | | |
|-----|--|---|---|------------------|-----------------------------|--|
| | | движении. Игры. | | | работ. | |
| 58. | | Одновременный двухшажный ход. | Учить постановке палки на снег и приложению усилий при отталкивании руками в одновременном двухшажном ходе. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 59. | | Пройти в медленном темпе 1000 м. | Учить проходить дистанцию в медленном темпе 1000 м. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь.. |
| 60. | | Попеременный двухшажный ход. Подвижные игры. | Учить согласованность движений рук и ног в попеременном двухшажном ходе. Подвижные игры. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 61. | | Одновременный одношажный ход. | Согласованность движений рук и ног в одновременном одношажном ходе. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 62. | | Переход из низкой стойки в высокую. | Учить переходу из низкой стойки в высокую. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 63. | | Лыжная эстафета. Свободное скольжение по лыжне. | Учить эстафете с этапом до 50 м с поворотами и касанием рукой плеча. Свободное скольжение по лыжне. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 64. | | Одновременный одношажный ход. | Учить согласованности рук и ног в одновременном одношажном ходе. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 65. | | Свободное скольжение по лыжне. | Свободное скольжение по лыжне. | Лыжи. Палки.. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 66. | | Двухшажный попеременный ход. | Совершенствовать технику передвижения двухшажным попеременным ходом | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 67. | | Пройти дистанцию | Пройти дистанцию 2000 м со средней | Лыжи. | Проверка | Развивать зрительную |

| | | | | | | |
|-----|--|---|---|------------------------------|--|--|
| | | 2000 м со средней скоростью. Игры. | скоростью. Игры. | Палки. | выполненных работ. | память, логическое мышление, связную речь. |
| 68. | | Свободное скольжение по лыжне. | Свободное скольжение по лыжне. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| | | | Элементы спортивных игр. | | | |
| 69. | | Передвижение по диагонали, «змейкой». Эстафеты. | Учить передвижение по диагонали, «змейкой». Совершенствовать шаги галопа в парах. Ознакомить с эстафетой с ведением и бросками по кольцу. | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 70. | | Ведение мяча. Эстафеты. | Учить ведение мяча без сопротивления защитника в парах. Эстафеты с ведением и бросками по кольцу. | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 71. | | Ведение мяча без сопротивления защитника в парах. | Учить ведение мяча без сопротивления защитника в парах. Эстафеты. | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 72. | | Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной от плеча на месте и в движении. | Учить Ловли и передачи мяча двумя руками. Совершенствовать броски одной и двумя руками на месте и в движении. Игры. | Свисток. Мячи. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 73. | | Стойки игрока. Перемещения в стойке. | Стойки игрока. Учить перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед.. | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, мышление, речь. |
| 74. | | Ходьба, бег и выполнение заданий. | Учить ходьбе и бегу с выполнением заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.). | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, мышление, связную речь. |
| 75. | | Перемещение в стойке приставными шагами. | Учить перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. | Свисток. Мячи. | Развивать зрительную память, скорость, ловкость. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 76. | | Стойки игрока, перемещение в стойке. | Стойки игрока. Совершенствовать перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |

| | | | | | | |
|-----|--|---|---|------------------------------------|-----------------------------|---|
| 77. | | Ловля и передача мяча. | Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной от плеча на месте и в движении. | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 78. | | . Броски одной и двумя руками на месте и в движении. | Учить броски одной и двумя руками на месте и в движении. Подведение итогов за 3 четверть. | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| | | | 4 четверть Лёгкая атлетика. | | | |
| 79. | | Правила т/б . Прыжки в высоту. | Рассказать о правилах по т/б на уроках по легкой атлетике. Учить прыжки в высоту. | Свисток. Кегли. Маты. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 80. | | Виды и приемы закаливания. Сдача рапорта. Челночный бег. | Виды и приемы закаливания. Учить сдачу рапорта учителю, приветствие. Совершенствовать челночный бег. | Свисток. Рулетка. Секундомер | Проверка выполненных работ. | Развивать внимание, логическое мышление. |
| 81. | | Виды ходьбы, многоскоки, медленный бег. Прыжки в высоту с прямого разбега. | Учит различные виды ходьбы, многоскоки, медленный бег. Ознакомить с прыжками в высоту с прямого разбега. | Свисток. Рулетка. | Проверка выполненных работ. | Развивать внимание, логическое мышление, память. |
| 82. | | Прыжки в высоту с прямого разбега. Метание в вертикальную цель. | Закрепить технику прыжка в высоту с прямого разбега. Учить метанию в вертикальную цель. | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 83. | | Комплекс упражнений со скакалкой. Высокий старта от 15 до 30 м. | Разучить комплекс упражнений со скакалкой. Учить высокий старта от 15 до 30 м. | Скакалки. Рулетка. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 84. | | Прыжки в высоту. Бег с ускорением до 30м. | Учет в прыжках в высоту с прямого разбега, способом согнув ноги. Познакомить с бегом на 30 метров с ускорением. | Секундомер Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 85. | | Медленный бег до 10 минут. Игра по выбору учащихся. | Совершенствовать медленный бег до 10 минут. Игра по выбору учащихся. | Секундомер Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 86. | | Прыжки в высоту. | Учить технике разбега в три шага в прыжках в высоту. | Свисток. Маты. | Проверка выполненных | Развивать зрительную память, логическое |

| | | | | | | |
|-----|--|--|--|--|--|---|
| | | | | | работ. | мышление. |
| 87. | | Медленный бег. Спецбеговые упражнения. Прыжки в длину. | Совершенствовать медленный бег. Учить спецбеговые упражнения. Познакомить с прыжками в длину с разбега. | Рулетка. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать внимание, зрительную память. |
| 88. | | Полоса препятствий. Прыжки в длину с разбега. | Преодоление полосы препятствий. Учить прыжки в длину с разбега. | Рулетка. Свисток. | Проверка выполненных работ. Вопросы учителя. | Развивать внимание, зрительную память. |
| 89. | | Скоростной бег до 40 м. Метание малых мячей в горизонтальную цель. Игры. | Совершенствовать скоростной бег до 40 м. Учить метание малых мячей в горизонтальную цель. Игры. | Секундомер Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, внимание. |
| 90 | | Броски набивного мяча (3 кг мальчики, 1 кг девочки) двумя руками с низу. | Учить броски набивного мяча (3 кг мальчики, 1 кг девочки) двумя руками с низу. | Набивные мячи. Рулетка. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 91 | | Прыжки в длину. Броски набивного мяча из-за головы. | Учить прыжки в длину. Познакомить с бросками набивного мяча из-за головы. | Набивные мячи. Рулетка. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 92 | | Бег на скорость до 60м. Игра в футбол. | Учить бег на скорость до 60м. Совершенствовать игру в футбол с упрощенными правилами. | Мячи. Рулетка. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 93 | | Бег на короткие дистанции. Прыжки в длину с места и разбега. | Учить бег на короткие дистанции. Совершенствовать прыжок в длину с места и разбега. | Мячи. Рулетка. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 94 | | Бег на короткие дистанции, стартовый разбег. Метание теннисного мяча. | Учить технике бега на короткие дистанции, стартовому разбегу. Совершенствовать метание теннисного мяча на дальность. | Мячи. Рулетка. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 95 | | Медленный бег до 10 мин. Метание | Повторить медленный бег до 10 мин. Учить метанию теннисного мяча на дальность. | Мячи. Рулетка. | Проверка выполненных | Развивать зрительную память, связную речь. |

| | | | | | | |
|-----|--|--|---|------------------------------|-----------------------------|---|
| | | теннисного мяча. | | Свисток | работ. | |
| 96 | | Полоса препятствий. Игра по выбору учащихся. | Учить преодолевать полосу препятствий. Провести игру по выбору учащихся. | Мячи. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 97 | | Прыжкам в длину с места. Встречная эстафета. | Провести учет по прыжкам в длину с места. Совершенствовать встречную эстафету. | Рулетка. Свисток | | Развивать зрительную память логическое мышление. |
| 98 | | Метание теннисного мяча на дальность. Бег 60 м. | Метание теннисного мяча на дальность. Провести учет по бегу на 60 м. | Мячи. Рулетка. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 99 | | Встречная эстафета. | Встречная эстафета между двумя командами (с этапом до 30 м) с передачей эстафетной палочки. | Рулетка. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 100 | | Прыжки в длину с места. Игры по выбору учащихся. | Провести учет по прыжкам в длину с места. Игры по выбору учащихся. | Рулетка. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| | | | Совершенствовать технику движений при выполнении комплекса УГГ | Мячи. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 102 | | Эстафета с ведением и передачей мячей. | Провести командную игру – эстафету с ведением и передачей мячей. | Мячи. Рулетка. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |

Тематическое планирование по физической культуре. 8 класс.

| №п/п | Дата | Тема. | Знания и умения, отрабатываемые на уроке | Средства обучения и формы организации урока. | Способы контроля над усвоением знаний и умений. | Коррекционные задачи. |
|------------------------------------|------|---|--|--|---|---|
| 1 четверть Лёгкая атлетика. | | | | | | |
| 1. | | Правила техники безопасности. ЗОЖ. | Ознакомить с правилами техники безопасности на уроках по лёгкой атлетике. Здоровый образ жизни и его составляющие. | Учебник. | Вопросы учителя. | Развивать связную речь, зрительное восприятие, логическое мышление. |
| 2. | | Низкий старт. Ускорение 3 x 20 метров. | Ознакомить с низким стартом. Учить бегать ускорение 3 x 20 метров. | Свисток. Секундомер. | Проверка выполненного задания | Развивать мышление, зрительное восприятие. |
| 3. | | Бег с изменением длины и частоты шага. Прыжкам в длину с короткого разбега. | Ознакомить с бегом с изменением длины и частоты шагов. Учить прыжкам в длину с короткого разбега. | Учебник. СекундомерР улетка. | Проверка выполненного задания | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 4. | | Ускорение 4 x 20 метров. Прыжки в длину с короткого разбега. | Повторить ускорение 4 x 20 метров. Совершенствовать прыжки в длину с короткого разбега. | Секундомер Свисток. Рулетка. | Проверка выполненного задания. | Развивать память, речь, логическое мышление. |
| 5. | | Бег на 30, 60 метров. Подвижная игра. | Бег на 30, 60 метров на результат. Подвижная игра. | Секундомер Рулетка. | Проверка выполненного | Развивать зоркость, мышление. |

| | | | | | | |
|-----|--|--|---|-------------------------------------|---------------------------------|---|
| | | | | Свисток | задания. | |
| 6. | | Бег в медленном темпе. Прыжки в длину с разбега. | Учить бегу в медленном темпе до 12 минут. Совершенствовать прыжки в длину с места и 9-11 шагов. Подвижная игра. | Свисток. Рулетка. Секундомер | Проверка выполненного задания | Развивать зоркость, мышление, память, выносливость. |
| 7. | | Бег мальчики 1500 м, девочки 1000м. Подвижная игра. | Ознакомить с бегом на средние дистанции. Бег мальчики 1500 м, девочки 800м. Подвижная игра. | Рулетка. Свисток. Секундомер. | Проверка выполненного задания | Развивать зоркость, мышление, связную речь. |
| 8. | | Техника низкого старта. Ускорение 5 x 20 метров. Подвижная игра. | Учить технике низкого старта. Повторить ускорение 5 x 20 метров. Подвижная игра. | . Рулетка. Свисток. Мячи. | Проверка выполненного задания | Развивать память, речь, зоркость. |
| 9. | | Метание малого мяча. Техника низкого старта. | Учить метание малого мяча на дальность с одного – двух шагов. Повторить техника низкого старта. | Рулетка. Свисток. Мячи. | . Проверка выполненных задания. | Развивать зоркость, мышление, память. |
| 10. | | Медленный бег Футбол с упрощенными правилами. | Учить медленный бег . Футбол с упрощенными правилами. | Мел. Рулетка. Свисток. | Проверка выполненных работ | Развивать мышление, память, мышление, речь. |
| 11. | | Челночный бег 3 x 10 метров. Футбол с упрощенными правилами. | Учить челночный бег 3 x 10 метров. Повторить футбол с упрощенными правилами. | Рулетка. Свисток. Секундомер | Проверка выполненных работ | Развивать мышление, память, зрительную память. |
| 12. | | Броски набивного мяча двумя руками снизу. Игры по выбору учащихся. | Учить броски набивного мяча двумя руками снизу. Игры по выбору учащихся. | Мячи. Свисток | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, мышление, речь. |
| 13. | | Подтягивание. Броски набивного мяча. | Провести учет по подтягиванию. Совершенствовать броски набивного мяча. | Рулетка. Свисток. | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 14. | | Полоса препятствий. Игры. | Ознакомить с полосой препятствий. Игры. | Рулетка. Свисток. Секундомер | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную |

| | | | | | | |
|-----|--|---|---|------------------------------------|--|---|
| | | | | | | речь. |
| 15. | | Круговая эстафета с этапом до 100 м. | Учить бегу на скорость. Ознакомить с круговой эстафетой с этапом до 100 м. | Рулетка. Свисток. Секундомер | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, мышление, речь. |
| 16. | | Броски набивного мяча. Игры. | Учить броски набивного мяча. Игры. | Набивные мячи. рулетка | Проверка выполненных работ. Вопросы учителя. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 17. | | Полоса препятствий. | Ознакомить с полосой препятствий. | Свисток. | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, связную речь. |
| | | | Элементы спортивных игр | | | |
| 18. | | Стойка игрока. Перемещение в стойке. | Ознакомить со стойкой игрока. Учить перемещение в стойке приставными шагами боком, спиной и лицом вперед. | Мячи. Свисток | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 19. | | Ловля мяча двумя руками и передачи снизу и сверху двумя руками. Игра. | Учить ловле мяча двумя руками и передачи одной рукой от плеча. Повторить броски по кольцу. | Мячи. Свисток. | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 20. | | Передачи мяча. Броски одной рукой от плеча с места. | Учить передачи мяча. Ознакомить с бросками одной рукой от плеча с места. | Мячи. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать внимание, ловкость, координацию. |
| 21. | | Учить ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке. | Учить ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке. | Мячи. Свисток. | Проверка выполненных работ. Вопросы учителя. | Развивать внимание, зрительную память. |
| 22. | | Сочетание приемов. Перемещение в защитной стойке в игре. | Ознакомить с сочетанием приемов. Учить перемещение в защитной стойке в игре. | Мячи. Свисток. | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 23. | | Ведение мяча на месте и в движении. | Учить ведение – остановка в два шага – повороты вперед – передача с отскоком от пола. Игра. Ознакомить с ведением мяча с изменением направления с последующей передачей партнёру. | Мячи. Свисток. | . Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление. |

| | | | | | | |
|-----|--|--|--|-------------------------------|---|---|
| 24. | | Броски мяча сверху, снизу, и сбоку согнутой и прямой рукой. | Учить броски мяча сверху, снизу, и сбоку согнутой и прямой рукой. | Мячи. Свисток. | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 25. | | Перемещение в защитной стойке. | Ознакомить с перемещением в защитной стойке. Игра «Пятнашки спиной». | Мячи. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать речь учащихся, память. |
| 26. | | Выбивание мяча при ведении. Подвижная игра «Пройди защиту». | Учить выбивание мяча при ведении. Подвижная игра «Пройди защиту». Учебная игра в баскетбол. | Учебник. Тетрадь. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 27. | | Учебная игра в баскетбол. Итоговое занятие | Учить играть в баскетбол. Подведение итогов за четверть. | Мячи. Свисток. | Проверка игры в баскетбол | Развивать зрительную память, связную речь. |
| | | | 2 четверть Гимнастика | | | |
| 28. | | Правила техники безопасности. Строевые упражнения. | Ознакомить с правилами техники безопасности во время занятий в гимнастическом зале. Учить строевые упражнения. | Учебник. Свисток | Вопросы учителя. Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 29. | | Влияние физических упражнений на укрепление здоровья. Кувырок назад. | Ознакомить с влиянием физических упражнений на укрепление здоровья. Учить кувырок назад в группировке. | Учебник. Маты. Свисток. | Вопросы учителя. Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 30. | | Значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки. Лазание по гимнастической стенке. | Значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки. Учить лазание по гимнастической стенке. | Учебник. Шведская стенка. | Вопросы учителя. Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 31. | | Перестроение. 2-3 | Учить перестроение из колонны по одному, в | Свисток. | Проверка | Развивать зрительную |

| | | | | | | |
|-----|--|---|---|---|--|---|
| | | кувырка вперед, мост. Игры. | колонну по четыре. Ознакомить 2-3 кувырка вперед, мост. Игры. | Маты. | выполненных работ | память, связную речь.. |
| 32. | | Строевой шаг, размыкание и смыкание на месте. Стойка на лопатках, мост. | Учить строевой шаг, размыкание и смыкание на месте. Ознакомить с стойкой на лопатках, мост. | Свисток. Маты. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 33. | | Кувырок вперед в стойку на лопатках (мальчики). Девочки: кувырок назад в полушпагат.. | Учить кувырок вперед в стойку на лопатках (мальчики). Девочки: кувырок назад в полушпагат. | Свисток. Маты. | Проверка выполненных работ. | Развивать внимание, логическое мышление, память, координацию. |
| 34. | | Два кувырка вперед. Лазание по гимнастической лестнице. Игры. | Учить два кувырка вперед. Совершенствовать лазание по гимнастической лестнице. Игры. | Свисток. Маты. | Проверка выполненных работ. Вопросы учителя. | Развивать внимание, логическое мышление, координацию. |
| 35. | | Перестроение. Комбинации из нескольких акробатических упражнений. | Совершенствовать перестроение. Учить кувырки вперед, назад, стойку на лопатках. | Свисток. Маты. | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 36. | | Кувырки вперед, назад, стойки на лопатках. | Учить кувырки вперед, назад, стойку на лопатках. | Маты. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать внимание, память, связную речь. |
| 37. | | Ходьба на носках по рейке гимнастической скамейки. Эстафета с мячами. | Учить ходьба на носках по рейке гимнастической скамейки с перешагиванием через мячи. Ознакомить с эстафетой с мячами. | Гимнастическая скамейка. Мячи. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 38. | | Комбинация из нескольких акробатических упражнений. Игра пионербол. | Совершенствовать комбинации из нескольких акробатических упражнений. Игра в пионербол. | Маты. Мячи | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 39. | | Строевой шаг, перестроение в колонне. Перекаты в | Учить строевой шаг, перестроение в колонне. Ознакомить с перекатами в группировке. | Маты. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |

| | | | | | | |
|-----|--|--|---|--------------------------------------|---|---|
| | | группировке. | | | | |
| 40. | | Перестроение в колонне. Полоса препятствий. | Совершенствовать перестроение в колонне. Учи преодолевать полосу препятствий. | Маты. Мячи. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память логическое мышление. |
| 41. | | Перестроение в колонне. Полоса препятствий. | Учить перестроение в колонне. Совершенствовать полосу препятствий. | Маты. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 42. | | Лазание по гимнастической лестнице. Игры. | Совершенствовать лазание по гимнастической лестнице. Игры. | Гимнастическая лестница. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 43. | | Передвижение по диагонали, «змейкой». Комплекс упражнений. | Учить передвижение по диагонали, «змейкой». Ознакомить комплексом упражнений сидя и лежа на полу. | Коврики. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| | | | Элементы спортивных игр. | | | |
| 44. | | Перемещение и владение мячом. Ведение мяча с изменением направления. | Учить перемещение и владение мячом. Совершенствовать ведение мяча с изменением направления. | Мячи. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 45 | | Ведения мяча в низкой и средней стойке. Игра с ведением мяча. | Учить ведение мяча в низкой стойке. Ознакомить с эстафетой ведения мяча и бросками по кольцу. | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 46. | | Ведение мяча на месте и в движении. | Учить ведение мяча на месте и в движении с изменением направления с последующей передачей партнеру. | Мячи. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 47. | | Броски мяча по кольцу. Учебная игра. | Учить броски мяча по кольцу. Учебная игра. | Мячи. Свисток. | Вопросы учителя. Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 48. | | Учебная игра. Итоговое занятие. | Повторить броски мяча по кольцу. Учебная игра. Итоговое занятие. | Мячи. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |

| | | | | | | |
|-----|--|--|--|----------------------|--|---|
| | | | 3 четверть. Лыжная подготовка. | | | |
| 49. | | Значение занятий на лыжах. Т. б. на занятиях по лыжной подготовке. | Рассказать о значении занятий на лыжах и температурном режиме. Ознакомить с техникой безопасности на занятиях по лыжной подготовке | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 50. | | Длительное скольжение на одной лыже в скользящем шаге. | Учить длительному скольжению на одной лыже в скользящем шаге. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 51. | | Построение с лыжами. Поворот переступанием в движении. | Повторить построение с лыжами в руках, укладке лыж на снег и надеванию креплений. Ознакомить с поворотом переступанием в движении. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 52. | | Скользкий шаг. Попеременный двухшажный ход. | Продолжать обучение отталкиванию ногой в скользящем шаге и попеременном двухшажном ходе. Ознакомить с отталкиванием ногой в одновременном двухшажном ходе. | Учебник. Тетрадь. | Проверка выполненных работ. Вопросы учителя. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 53. | | Техника ступающего шага. | Учить технике ступающего шага. Совершенствовать попеременный двухшажный ход. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, речь. |
| 54. | | Одновременный одношажный ход. Игры по желанию учащихся. | Ознакомить с согласованностью движений рук и ног в одновременном одношажном ходе. Игры по желанию учащихся. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 55. | | Попеременный двухшажный ход. | Учить технике скольжения в попеременном двухшажном ходе. | Лыжи. Палки.. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 56. | | Одновременный одношажный ход. | Ознакомить с согласованностью движений рук и ног в одновременном одношажном ходе. Игры по желанию учащихся | Лыжи. Палки. | проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, ловкость, выносливость |
| 57. | | Повороты переступанием в движении. Игры. | Учить повороты переступанием в движении. Игры. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, речь. |
| 58. | | Одновременный двухшажный ход. | Учить постановке палки на снег и приложению усилий при отталкивании руками в одновременном двухшажном ходе. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |

| | | | | | | |
|-----|--|---|--|-------------------|-----------------------------|---|
| 59. | | Пройти в медленном темпе 1000 м. | Учить проходить дистанцию в медленном темпе 1000 м. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 60. | | Попеременный двухшажный ход. Подвижные игры. | Учить согласованность движений рук и ног в попеременном двухшажном ходе. Подвижные игры. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | . Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 61. | | Одновременный одношажный ход. | Согласованность движений рук и ног в одновременном одношажном ходе. Учить переходу из низкой стойки в высокую. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 62. | | Переход из низкой стойки в высокую на лыжах. | Учить переходу из низкой стойки в высокую на лыжах. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 63. | | Лыжная эстафета. Свободное скольжение по лыжне. | Учить эстафете с этапом до 50 м с поворотами и касанием рукой плеча. Свободное скольжение по лыжне. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 64. | | Одновременный одношажный ход. | Учить согласованности рук и ног в одновременном одношажном ходе. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать связную речь, логическое мышление. |
| 65. | | Свободное скольжение по лыжне. | Свободное скольжение по лыжне. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 66. | | Двухшажный попеременный ход. | Совершенствовать технику передвижения двухшажным попеременным ходом | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическую речь. |
| 67. | | Пройти дистанцию 2000 м со средней скоростью. Игры. | Пройти дистанцию 2000 м со средней скоростью. Игры. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, мышление, речь. |
| 68. | | Свободное скольжение по лыжне. | Свободное скольжение по лыжне. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| | | | Элементы спортивных игр. | | | |
| 69. | | Передвижение по диагонали, «змейкой». Эстафеты. | Учить передвижение по диагонали, «змейкой». Совершенствовать шаги галопа в парах. Ознакомить с эстафетой с ведением и бросками | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |

| | | | | | | |
|-----|--|---|---|------------------------|--|---|
| | | | по кольцу. | | | |
| 70. | | Ведение мяча. Эстафеты. | Учить ведение мяча без сопротивления защитника в парах. Эстафеты с ведением и бросками по кольцу. | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 71. | | Ведение мяча без сопротивления защитника в парах. | Учить ведение мяча без сопротивления защитника в парах. Эстафеты. | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 72. | | Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной от плеча на месте и в движении. | Учить Ловли и передачи мяча двумя руками. Совершенствовать броски одной и двумя руками на месте и в движении. Игры. | Свисток. Мячи. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 73. | | Стойки игрока. Перемещения в стойке. | Стойки игрока. Учить перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 74. | | Ходьба, бег и выполнение заданий. | Учить ходьбе и бегу с выполнением заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.). | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 75. | | Перемещение в стойке приставными шагами. | Учить перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. | Свисток. Мячи. | Развивать зрительную память, скорость, ловкость. | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 76. | | Стойки игрока, перемещение в стойке. | Стойки игрока. Совершенствовать перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 77. | | Ловля и передача мяча. | Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной от плеча на месте и в движении. | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 78. | | . Броски одной и двумя руками на месте и в движении. | Учить броски одной и двумя руками на месте и в движении. Подведение итогов за 3 четверть. | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| | | | | | | |
| | | | 4 четверть Лёгкая атлетика. | | | |

| | | | | | | |
|-----|--|---|---|------------------------------------|-------------------------------------|---|
| 79. | | Правила т/б. Прыжки в высоту. | Рассказать о правилах по т/б на уроках по легкой атлетике. Учить прыжки в высоту. | Свисток. Кегли. Маты. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 80. | | Виды и приемы закаливания. Сдача рапорта. Челночный бег. | Виды и приемы закаливания. Учить сдачу рапорта учителю, приветствие. Совершенствовать челночный бег. | Свисток. Рулетка. Секундомер | Проверка выполненных работ. | Развивать внимание, логическое мышление. |
| 81. | | Виды ходьбы, многоскоки, медленный бег. Прыжки в высоту с прямого разбега. | Учит различные виды ходьбы, многоскоки, медленный бег. Ознакомить с прыжками в высоту с прямого разбега. | Свисток. Рулетка. | Проверка выполненных работ. | Развивать внимание, логическое мышление, память. |
| 82. | | Прыжки в высоту с прямого разбега. Метание в вертикальную цель. | Закрепить технику прыжка в высоту с прямого разбега. Учить метанию в вертикальную цель. | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, внимание, связную речь. |
| 83. | | Комплекс упражнений со скакалкой. Высокий старта от 15 до 30 м. | Разучить комплекс упражнений со скакалкой. Учить высокий старта от 15 до 30 м. | Скакалки. Рулетка. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, внимание, связную речь. |
| 84. | | Прыжки в высоту. Бег с ускорением до 30м. | Учет в прыжках в высоту с прямого разбега, способом согнув ноги. Познакомить с бегом на 30 метров с ускорением. | Секундомер Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 85. | | Медленный бег до 10 минут. Игра по выбору учащихся. | Совершенствовать медленный бег до 10 минут. Игра по выбору учащихся. | Секундомер Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 86. | | Прыжки в высоту. | Учить технике разбега в три шага в прыжках в высоту. | Свисток. Маты. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, ловкость. |
| 87. | | Медленный бег. Спецбеговые упражнения. Прыжки в длину. | Совершенствовать медленный бег. Учить спецбеговые упражнения. Познакомить с прыжками в длину с разбега. | Рулетка. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать внимание, логическое мышление. |
| 88. | | Полоса препятствий. Прыжки в длину с разбега. | Преодоление полосы препятствий. Учить прыжки в длину с разбега. | Рулетка. Свисток. | Проверка выполненных работ. Вопросы | Развивать внимание, связную речь. |

| | | | | | | |
|-----|--|--|---|--|-----------------------------|---|
| | | | | | учителя. | |
| 89. | | Скоростной бег до 40 м. Метание малых мячей в горизонтальную цель. Игры. | Совершенствовать скоростной бег до 40 м. Учить метание малых мячей в горизонтальную цель. Игры. | Секундомер Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, внимание, связную речь. |
| 90 | | Броски набивного мяча (3 кг мальчики, 1 кг девочки) двумя руками с низу. | Учить броски набивного мяча (3 кг мальчики, 1 кг девочки) двумя руками с низу. | Набивные мячи. Рулетка. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, внимание. |
| 91 | | Прыжки в длину. Броски набивного мяча из-за головы. | Учить прыжки в длину. Познакомить с бросками набивного мяча из-за головы. | Набивные мячи. Рулетка. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 92 | | Бег на скорость до 60м. Игра в футбол. | Учить бег на скорость до 60м. Совершенствовать игру в футбол с упрощенными правилами. | Мячи. Рулетка. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, внимание, связную речь. |
| 93 | | Бег на короткие дистанции. Прыжки в длину с места и разбега. | Учить бег на короткие дистанции. Совершенствовать прыжок в длину с места и разбега. | Мячи. Рулетка. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 94 | | Бег на короткие дистанции, стартовый разбег. Метание теннисного мяча на дальность. | Учить технике бега на короткие дистанции, стартовому разбегу. Метание теннисного мяча на дальность. | Мячи. Рулетка. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 95 | | Медленный бег до 10 мин. Метание теннисного мяча. | Повторить медленный бег до 10 мин. Учить метанию теннисного мяча на дальность. | Мячи. Рулетка. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, внимание, связную речь |
| 96 | | Полоса препятствий. Игра по выбору учащихся. | Учить преодолевать полосу препятствий. Провести игру по выбору учащихся. | Мячи. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 97 | | Прыжкам в длину с места. Встречная эстафета. | Провести учет по прыжкам в длину с места. Совершенствовать встречную эстафету. | Рулетка. Свисток | | Развивать зрительную память, связную речь. |

| | | | | | | |
|-----|--|--|---|------------------------------|-----------------------------|---|
| 98 | | Метание теннисного мяча на дальность. Бег 60 м. | Метание теннисного мяча на дальность. Провести учет по бегу на 60 м. | Мячи. Рулетка. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, внимание. |
| 99 | | Встречная эстафета. | Встречная эстафета между двумя командами (с этапом до 30 м) с передачей эстафетной палочки. | Рулетка. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 100 | | Прыжки в длину с места. Игры по выбору учащихся. | Провести учет по прыжкам в длину с места. Игры по выбору учащихся. | Рулетка. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| | | | Совершенствовать технику движений при выполнении комплекса УГГ | Мячи. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 102 | | Эстафета с ведением и передачей мячей. | Провести командную игру – эстафету с ведением и передачей мячей. | Мячи. Рулетка. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, внимание. |

Тематическое планирование по физической культуре. 9 класс.

| №п/п | Дата | Тема. | Знания и умения, отрабатываемые на уроке | Средства обучения и формы организации урока. | Способы контроля над усвоением знаний и умений. | Коррекционные задачи. |
|------------------------------------|------|---|---|--|---|---|
| 1 четверть Лёгкая атлетика. | | | | | | |
| 1. | | Правила т.б. ЗОЖ. | Ознакомить с правилами техники безопасности на уроках по лёгкой атлетике. Здоровый образ жизни и его слагаемые. | Учебник. | Вопросы учителя. | Развивать связную речь, зрительное восприятие, логическое мышление. |
| 2. | | Низкий старт. Ускорение 5 х 20 метров. | Повторить низкий старт. Учить бегать ускорение 5 х 20 метров. | Свисток. Секундомер. | Проверка выполненного задания | Развивать мышление, зрительное восприятие. |
| 3. | | Бег 60 метров с низкого старта. Прыжки в длину с | Учит бег 60 метров с низкого старта. Повторить прыжки в длину с места. | Учебник. Секундомер рулетка. | Проверка выполненного задания | Развивать логическое, мышление, связную речь. |

| | | | | | | |
|-----|--|--|---|-------------------------------------|---------------------------------|---|
| | | места. | | | | |
| 4. | | Прыжки в длину с места. Учить технике метания теннисного мяча. | Повторить прыжки в длину с места. Учить технике метания теннисного мяча. | Секундомер Свисток. Рулетка. | Проверка выполненного задания. | Развивать память, речь, мышление. |
| 5. | | Бег в медленном темпе. Метание теннисного мяча с разбега. | Учить бегу в медленном темпе. Совершенствовать метание теннисного мяча с разбега. | Секундомер Рулетка. Свисток | Проверка выполненного задания. | Развивать зоркость, мышление, речь. |
| 6. | | Бег в медленном темпе до 2 км. Метание теннисного мяча с разбега. | Бег в медленном темпе до 2 км. Учить метание теннисного мяча с разбега. | Свисток. Рулетка. Секундомер | Проверка выполненного задания | Развивать зоркость, мышление, память. |
| 7. | | Низкий старт, стартовый разбег. Ускорение 4 x 20 метров. | Учить низкому старту , стартовый разбег. Повторить ускорение 4 x 20 метров. | Рулетка. Свисток. Секундомер. | Проверка выполненного задания | Развивать зоркость, мышление, связную речь. |
| 8. | | Бег 60 м. Прыжки в длину с короткого разбега. | Бег60 м на результат. Учить прыжкам в длину с короткого разбега. | . Рулетка. Свисток. Мячи. | Проверка выполненного задания | Развивать память, речь, внимание. |
| 9. | | Бег в медленном темпе мальчики 2000 м, девочки 1500 м. | Совершенствовать бег в медленном темпе мальчики 2000 м, девочки 1500 м. | Рулетка. Свисток. Мячи. | . Проверка выполненных задания. | Развивать зоркость, мышление, память. |
| 10. | | Метание малого мяча с 1 – 2 шагов. Подвижная игра. | Учить метание малого мяча с 1 – 2 шагов. Подвижная игра. | Мел. Рулетка. Свисток. | Проверка выполненных работ | Развивать мышление, память, связную речь. |
| 11. | | Круговая эстафета с этапом до 100 м. Подвижная игра «Кто дальше бросит». | Учить передачи эстафетной палочки. Круговая эстафета с этапом до 100 м. Подвижная игра «Кто дальше бросит». | Рулетка. Свисток. Секундомер | Проверка выполненных работ | Развивать мышление, память, зоркость. |
| 12. | | Челночный бег 3 x 10 м. Футбол с упрощенными | Учить челночному бегу 3 x 10 м. Совершенствовать футбол с упрощенными правилами. | Мячи. Свисток | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, связную речь. |

| | | | | | | |
|-----|--|--|--|------------------------------------|--|---|
| | | правилами. | | | | |
| 13. | | Прыжки в длину с 11 –13 шагов. | Совершенствовать прыжки в длину с 11 –13 шагов. | Рулетка. Свисток. | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, зоркость, речь. |
| 14. | | Бег в коридорчике. Футбол с упрощенными правилами. | Бег в коридорчике из различных исходных положений. Футбол с упрощенными правилами. | Рулетка. Свисток. Секундомер | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 15. | | Броски набивного мяча. Подтягивание на перекладине. | Совершенствовать броски набивного мяча двумя руками снизу. Учить подтягивание на перекладине. | Рулетка. Свисток. Секундомер | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 16. | | Броски набивного мяча. Подтягивание на перекладине. | Учить броски набивного мяча двумя руками из-за головы. Совершенствовать подтягивание на перекладине. | Набивные мячи. рулетка | Проверка выполненных работ. Вопросы учителя. | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 17. | | Полоса препятствий. | Ознакомить с полосой препятствий. | Свисток. | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, речь. |
| | | | Элементы спортивных игр | | | |
| 18. | | Стойка игрока. Перемещение в стойке. | Ознакомить со стойкой игрока. Учить перемещение в стойке приставными шагами боком, спиной и лицом вперед. | Мячи. Свисток | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 19. | | Броски одной рукой от плеча. Подвижная игра «Салки». | Учить броски одной рукой от плеча после двух шагов. Подвижная игра «Салки». | Мячи. Свисток. | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 20. | | Прыжки. Учебная игра «Массовый баскетбол». | Учить прыжки толчком одной ноги с доставанием подвешенного мяча. Учебная игра «Массовый баскетбол». | Мячи. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать внимание, зрительную память. |
| 21. | | Передвижение в защитной стойке. Нападение по принципу выбору свободного места. | Учить передвижение в защитной стойке. Ознакомить с нападением по принципу выбору свободного места в игре «массовый баскетбол». | Мячи. Свисток. | Проверка выполненных работ. Вопросы учителя. | Развивать внимание, связную речь, память. |

| | | | | | | |
|-----|--|--|--|----------------------|------------------------------|---|
| 22. | | Перемещение в защитной стойке. Прыжки в парах. | Учить перемещение в защитной стойке в игре «Пятнашки спиной». Совершенствовать прыжки на максимальную высоту в парах. | Мячи. Свисток. | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 23. | | Вырывание и выбивание мяча. Учебная игра. | Учить вырывание и выбивание мяча. Учебная игра. | Мячи. Свисток. | . Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 24. | | Вырывание и выбивание мяча. Прыжки в парах. | Учить вырывание и выбивание мяча. Повторить прыжки на максимальную высоту в парах. | Мячи. Свисток. | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 25. | | Броски мяча в корзину одной рукой после передач в парах и тройках. Учебная игра. | Учить броски мяча в корзину одной рукой после передач в парах и тройках. Учебная игра. | Мячи. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать речь учащихся, память, логическое мышление. |
| 26. | | Штрафной бросок, правила выполнения. Прыжки со скакалкой. | Учить штрафной бросок. Ознакомить с правилами выполнения штрафного броска. Совершенствовать прыжки со скакалкой. | Учебник. Тетрадь. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 27. | | Учебная игра в баскетбол. Итоговое занятие | Учить играть в баскетбол. Подведение итогов за четверть. | Мячи. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| | | | 2 четверть Гимнастика | | | |
| 28. | | Правила техники безопасности. Кувьрки вперед, назад. | Провести краткую беседу о правилах техники безопасности во время занятий в гимнастическом зале. Учить кувьрки вперед, назад. | Учебник. Свисток | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление. |

| | | | | | | |
|-----|--|---|---|---------------------------|--|---|
| 29. | | Влияние физических упражнений на укрепление здоровья. Кувырки вперед назад. | Провести беседу на тему: «Влияние физических упражнений на укрепление здоровья». Совершенствовать кувырки вперед назад. | Учебник. Маты. Свисток. | Вопросы учителя. Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 30. | | Кувырки назад в упор стоя ноги врозь, кувырки вперед. Игра. | Учить кувырки назад в упор стоя ноги врозь, кувырки вперед. Игра. | Учебник. Шведская стенка. | Вопросы учителя. Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, зоркость, речь. |
| 31. | | 2-3 кувырка вперед, мост. | Совершенствовать 2-3 кувырка вперед, мост. | Свисток. Маты. | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 32. | | Строевой шаг. Два-три кувырка вперед в стойку на лопатках. | Учить строевой шаг. Совершенствовать два-три кувырка вперед в стойку на лопатках. | Свисток. Маты. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 33. | | Кувырок назад в полушпагат. Два кувырка вперед. | Учить кувырок назад в полушпагат (девочки). Два кувырка вперед, назад. | Свисток. Маты. | Проверка выполненных работ. | Развивать внимание, логическое мышление, память. |
| 34. | | Строевой шаг. Комбинации из нескольких акробатических упражнений. | Совершенствовать строевой шаг. Учить комбинации из нескольких акробатических упражнений. | Свисток. Маты. | Проверка выполненных работ. Вопросы учителя. | Развивать внимание, логическое мышление. |
| 35. | | Кувырки вперед, назад, стойка на лопатках. Висы на гимнастической стенке. | Совершенствовать кувырки вперед, назад, стойка на лопатках. Повторить висы на гимнастической стенке. | Свисток. Маты. | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 36. | | Кувырки вперед, назад, стойка на лопатках. Висы на гимнастической | Учить кувырки вперед, назад, стойка на лопатках. Совершенствовать висы на гимнастической стенке. | Маты. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать внимание, память, связную речь. |

| | | | | | | |
|-----|--|---|--|---|-----------------------------|---|
| | | стенке. | | | | |
| 37. | | Перекаты в группировке с последующей опорой руками за головой. | Учить перекаты в группировке с последующей опорой руками за головой. | Гимнастическая скамейка. Мячи. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 38. | | Кувырки вперед в стойку на лопатках. Кувырки назад в полушпагат. | Учить кувырки вперед в стойку на лопатках. Кувырки назад в полушпагат. | Маты. Мячи | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 39. | | Кувырки вперед, назад, стойка на лопатках. Висы на гимнастической стенке. | Учить кувырки вперед, назад, стойка на лопатках. Повторить висы на гимнастической стенке. | Маты. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 40. | | Перекаты в группировке. Игры-эстафеты с мячами. | Учить перекаты в группировке с последующей опорой руками за голову. Провести игры-эстафеты с мячами. | Маты. Мячи. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| | | | Элементы спортивных игр | | | |
| 41. | | Передачи мяча. Сочетание приемов в баскетболе. | Учить передачи мяча на месте и в движении. Повторить сочетание приемов в баскетболе. | Маты. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 42. | | Прыжки в длину с места. Эстафеты с ведением мяча. | Повторить прыжки в длину с места. Учить эстафеты с ведением мяча. | Рулетка. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 43. | | Нападение по выбору свободного места. Провести игру по желанию учащихся. | Учить нападение по выбору свободного места. Провести игру по желанию учащихся. | Мячи. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 44 | | Нападение по принципу выбору | Учить нападение по принципу выбору свободного места в игре. «Массовый баскетбол». | Мячи. Свисток | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, логическое |

| | | | | | | |
|-----|--|---|--|-------------------|---|---|
| | | свободного места в игре. «Массовый баскетбол». | | | | мышление. |
| 45. | | Сочетание приемов в баскетболе. | Учить сочетание приемов: ловля мяча на месте - ведение – остановка в два шага – повороты вперед – передача с отскоком от пола. | Мячи. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 46. | | Сочетание приемов. Перемещение в защитной стойке. | Учить сочетание приемов: выход – ловля в движении – передача мяча. Повторить перемещение в защитной стойке. | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 47. | | Сочетание приёмов. Учебная игра. | Учить ловле мяча на месте - ведение – остановка в два шага – повороты вперед – передача с отскоком от пола. Учебная игра. | Мячи. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 48. | | Эстафеты с набивными мячами. | Эстафеты с набивными мячами. Перемещение в защитной стойке в игре: «Пятнашки спиной». | Мячи. Свисток. | Вопросы учителя. Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| | | | | | | |
| | | | 3 четверть. Лыжная подготовка. | | | |
| 49. | | Значение занятий на лыжах и температурный режим. Т. б. | Рассказать о значении занятий на лыжах и температурном режиме. Ознакомить с техникой безопасности на занятиях по лыжной подготовке | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 50. | | Эстафеты с набивными мячами. Перемещение в защитной стойке в игре: «Пятнашки спиной». | Эстафеты с набивными мячами. Перемещение в защитной стойке в игре: «Пятнашки спиной». | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 51. | | Поворот переступанием. Посадка лыжника и переносу массы тела | Поворот переступанием. Посадка лыжника и переносу массы тела в скользящем шаге. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |

| | | | | | | |
|-----|--|---|---|-------------------|--|---|
| | | в скользящем шаге. | | | | |
| 52. | | Попеременный двухшажный ход. Свободное скольжение по лыжне. | Учить попеременный двухшажный ход. Свободное скольжение по лыжне. | Учебник. Тетрадь. | Проверка выполненных работ. Вопросы учителя. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 53. | | Одновременный одношажный ход. | Учить отталкивание ногой в одновременном одношажном ходе. Свободное скольжение по лыжне. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 54. | | Одновременный одношажный ход. Игры по желанию учащихся. | Ознакомить с согласованностью движений рук и ног в одновременном одношажном ходе. Игры по желанию учащихся. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 55. | | Повороты переступанием в движении. Свободное скольжение по лыжне. | Учить повороты переступанием в движен. Свободное скольжение по лыжне. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, речь. |
| 56. | | Поворот упором. Свободное скольжение по лыжне. | Учить поворот упором. Свободное скольжение по лыжне. | Лыжи. Палки. | проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 57. | | Попеременный двухшажный ход. Свободное скольжение по лыжне. | Учить согласованность движений рук и ног в попеременном двухшажном ходе. Свободное скольжение по лыжне. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 58. | | Одновременный двухшажный ход. | Учить постановке палки на снег и приложению усилий при отталкивании руками в одновременном двухшажном ходе. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 59. | | Попеременный двухшажный ход. Свободное | Попеременный двухшажный ход. Свободное скольжение по лыжне. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |

| | | | | | | |
|-----|--|--|---|------------------|-----------------------------|---|
| | | скольжение по лыжне. | | | | |
| 60. | | Подседание и разгибание ноги в одновременном одношажном ходе | Учить подседание и разгибание ноги в одновременном одношажном ходе | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | . Развивать зрительную память, связную речь. |
| 61. | | Повороты переступанием в движении. Поворот упором. Игры по желанию учащихся. | Учить повороты переступанием в движении. Ознакомить с поротом упором. Игры по желанию учащихся. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, внимание, речь. |
| 62. | | Техника выполнения подъёмов в скользящим шагом. | Учить техника выполнения подъёмов скользящим шагом. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, внимание, связную речь. |
| 63. | | Повороты переступанием в движении. Поворот упором. | Учить повороты переступанием в движении. Ознакомить с поворотом упором. Игры по желанию учащихся. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 64. | | Попеременный двухшажный ход. | Согласованность движений рук и ног в попеременном двухшажном ходе | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 65. | | Свободное скольжение по лыжне. | Свободное скольжение по лыжне. | Лыжи. Палки.. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 66. | | Одновременном одношажном ходе. Свободное скольжение. | Учить постановки палок на снег и приложение усилий при отталкивании руками в одновременном одношажном ходе. Свободное скольжение. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 67. | | Пройти дистанцию 2000 м со средней скоростью. Игры. | Пройти дистанцию 2000 м со средней скоростью. Игры. | Лыжи. Палки. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 68. | | Свободное | Свободное скольжение по лыжне. | Лыжи. | Проверка | Развивать зрительную |

| | | | | | | |
|-----|--|---|---|------------------------------|--|---|
| | | скольжение по лыжне. | | Палки. | выполненных работ. | память, внимание, речь. |
| | | | Элементы спортивных игр. | | | |
| 69. | | Волейбол. Стойки игрока. Перемещения в стойке. | Волейбол. Повторить стойку игрока. Учить перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 70. | | Передача мяча сверху двумя руками на месте. | Учить передачи мяча сверху двумя руками на месте. | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, внимание, связную речь. |
| 71. | | Передача мяча сверху двумя руками на месте. Игры по выбору учащихся | Повторить передача мяча сверху двумя руками на месте. Игры по выбору учащихся | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 72. | | Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.). | Учить ходьбу, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.). Учебная игра. | Свисток. Мячи. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 73. | | Передачи мяча сверху двумя руками на месте. Учебная игра | Передачи мяча сверху двумя руками на месте. Учебная игра. | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, внимание, речь. |
| 74. | | Перемещение в стойке. Передачи мяча сверху двумя руками на месте. Волейбол. | Повторить перемещение в стойке. Учить передачи мяча сверху двумя руками на месте. Волейбол. | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 75. | | Ходьба, бег и выполнение заданий. Передачи мяча сверху двумя руками | Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.). Передачи мяча сверху двумя руками на месте. Волейбол. | Свисток. Мячи. | Развивать зрительную память, скорость, ловкость. | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |

| | | | | | | |
|-----|--|---|---|------------------------------------|-----------------------------|---|
| | | на месте. Волейбол. | | | | |
| 76. | | Передачи мяча сверху двумя рукам на месте. Волейбол | Передачи мяча сверху двумя рукам на месте. Волейбол | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 77. | | Передачи мяча сверху и снизу двумя рукам на месте. | Учить передачи мяча сверху и снизу двумя рукам на месте. | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ | Развивать зрительную память, внимание, связную речь. |
| 78. | | Учебная игра в волейбол | Учить играть в волейбол. Подведение итогов за 3 четверть. | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| | | | | | | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| | | | 4 четверть Лёгкая атлетика. | | | |
| 79. | | Правила т/б . Прыжки в высоту. | Рассказать о правилах по т/б на уроках по легкой атлетике. Учить прыжки в высоту. | Свисток. Кегли. Маты. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 80. | | Виды и приемы закаливания. Сдача рапорта. Челночный бег. | Виды и приемы закаливания. Учить сдачу рапорта учителю, приветствие. Совершенствовать челночный бег. | Свисток. Рулетка. Секундомер | Проверка выполненных работ. | Развивать внимание, логическое мышление. |
| 81. | | Спецбеговые упражнения. Прыжки в высоту. | Повторить спецбеговые упражнения. Учить прыжки в высоту с 5 – 7 шагов. | Свисток. Рулетка. | Проверка выполненных работ. | Развивать внимание, логическое мышление, память. |
| 82. | | Виды ходьбы, многоскоки, медленный бег. Игры. | Повторить виды ходьбы, многоскоки, медленный бег. Игры. | Свисток. Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 83. | | Бег 40 м с низкого старта. Броски | Совершенствовать бег 40 м с низкого старта. Учить броски набивного мяча двумя руками из- | Скакалки. Рулетка. | Проверка выполненных | Развивать зрительную память, связную речь. |

| | | | | | | |
|-----|--|--|--|--|--|---|
| | | набивного мяча двумя руками из-за головы. | за головы. | Свисток | работ. | |
| 84. | | Бег в медленном темпе. Метания малого мяча с места. | Совершенствовать бег в медленном темпе. Учить метание малого мяча с места. | Секундомер Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 85. | | Метание малого мяча с 4 – 5 бросковых шагов. | Учить метать мячи с разбега. Метание малого мяча с 4 – 5 бросковых шагов. | Секундомер Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 86. | | Встречная эстафета с этапом до 30 м. Прыжки в длину с места. | Учить бегать эстафету. Встречная эстафета с этапом до 30 м. Совершенствовать прыжки в длину с места. | Свисток. Маты. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 87. | | Медленный бег мальчики 2000 м, девочки 1500 м. | Знакомить с кроссовым бегом. Медленный бег мальчики 2000 м, девочки 1500 м. | Рулетка. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать внимание, связную речь. |
| 88. | | Прыжки в длину с места и разбега. Челночный бег 4 x 10 м. | Учить прыжки в длину с места и разбега. Повторить челночный бег 4 x 10 м. | Рулетка. Свисток. | Проверка выполненных работ. Вопросы учителя. | Развивать внимание, связную речь. |
| 89. | | Прыжки в длину с 7-9 шагов. Игры. | Учить прыжки с разбега .Прыжки в длину с 7-9 шагов. Игры. | Секундомер Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 90 | | Метание теннисного мяча. Броски набивного мяча. | Учить метанию мяча с места и разбега. Метание теннисного мяча на результат. Повторить броски набивного мяча. | Набивные мячи. Рулетка. Свисток. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 91 | | Прыжки в длину с разбега. Подтягивание из виса. | Совершенствовать прыжки в длину с разбега. Учить подтягивание из виса. | Набивные мячи. Рулетка. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 92 | | Бег на скорость до | Учить бег на скорость до 60м. | Мячи. | Проверка | Развивать зрительную |

| | | | | | | |
|-----|--|--|--|------------------------------|-----------------------------|---|
| | | 60м. Игра в футбол. | Совершенствовать игру в футбол с упрощенными правилами. | Рулетка. Свисток. | выполненных работ. | память, связную речь. |
| 93 | | Бег на короткие дистанции. Прыжки в длину с места и разбега. | Учить бег на короткие дистанции. Совершенствовать прыжок в длину с места и разбега. | Мячи. Рулетка. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 94 | | Челночный бег 3 x 10 м. Футбол. | Совершенствовать челночный бег 3 x 10 м. Футбол. | Мячи. Рулетка. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 95 | | Медленный бег мальчики 2000 м, девочки 1500 м. Футбол. | Учить медленному бегу. Медленный бег мальчики 2000 м, девочки 1500 м. Совершенствовать игру в футбол. | Мячи. Рулетка. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 96 | | Круговая эстафета с этапом до 100 м. Прыжки в длину с места. Игры. | Совершенствовать бегать эстафету. Круговая эстафета с этапом до 100 м. Учить прыжки в длину с места. Игры. | Мячи. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 97 | | Челночный бег. Метание теннисного мяча. Игры. | Учить челночный бег. Совершенствовать метание теннисного мяча. Игры. | Рулетка. Свисток | | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 98 | | Челночный бег. Прыжки в длину с места. | Повторить челночный бег. Учить прыжки в длину с места. Игры. | Мячи. Рулетка. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление, связную речь. |
| 99 | | Броски набивного мяча двумя руками из-за головы и снизу. | Учить броски набивного мяча двумя руками из-за головы и снизу. | Рулетка. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, связную речь. |
| 100 | | Броски набивного мяча снизу вперед-вверх. Подтягивание из виса. | Повторить броски набивного мяча снизу вперед-вверх. Подтягивание из виса. | Рулетка. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |
| 101 | | Броски набивного мяча из-за головы | Повторить броски набивного мяча из-за головы вперед-вверх. Игры по выбору учащихся. | Мячи. | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, речь. |

| | | | | | | |
|-----|--|--|--|------------------------------|-----------------------------|---|
| | | вперед-вверх. Игры по выбору учащихся. | | Свисток | работ. | |
| 102 | | Эстафета с ведением и передачей мячей. | Провести командную игру – эстафету с ведением и передачей мячей. | Мячи. Рулетка. Свисток | Проверка выполненных работ. | Развивать зрительную память, логическое мышление. |