МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Муниципальное общеобразовательное учреждение

Деяновская основная школа

Приложение к АООП НОО,

утвержденной приказом

МОУ Деяновская ОШ

от 31.08.2024 № 75 о.д.

**Рабочая программа**

**начального общего образования обучающихся**

**с расстройствами аутистического спектра и легкой умственной отсталостью**

 **(интеллектуальными нарушениями) (вариант 8.3)**

**«Физическая культура»**

**(Адаптивная физическая культура)**

**(для 3 класса)**

2024

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура (Адаптивная физическая культура)» составлена для учащихся с расстройствами аутистического спектра и легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) на основе примерной адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с расстройствами аутистического спектра (вариант 8.3) и в соответствии с ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ.

**Общая характеристика учебного предмета**

Учебный предмет «Физическая культура (Адаптивная физическая культура) » включён в федеральный компонент учебного плана для учащихся с РАС и лёгкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Обучение физической культуре детей с расстройствами аутистического спектра (РАС), осложненными легкой умственной отсталостью, представляет большую проблему в следствие специфических особенностей развития:

* + выраженная недостаточность или полное отсутствие потребности в контактах с окружающими, трудности во взаимодействии со сверстниками, отгороженность от внешнего мира;
	+ особенности эмоционально-волевой сферы: слабость или искаженность эмоционального реагирования, бедность эмоций, их однообразие, неадекватность, проявления негативизма при попытках вовлечь ребенка в произвольную деятельность;
	+ боязнь всего нового, приверженность к сохранению неизменности окружающей обстановки;
	+ ограниченность визуального контакта, фрагментарность зрительного внимания;
	+ специфические особенности речевого развития: понимание обращенной речи на бытовом уровне, собственная речь представлена от вокализаций до автономной речи (разговоры с самим собой с использованием сложных оборотов, штампов с недостаточным осмыслением их). Часто отмечаются непосредственные или отставленные по времени эхолалии; грубое нарушение коммуникативной функции речи, низкая речевая активность;
	+ низкая сформированность высших корковых функций, прежде всего пространственной ориентации.

Специфические особенности нарушения психического развития детей вызывают трудности при организации процесса обучения. Усвоение учебного материала и освоение социальных навыков носит неравномерный и избирательный характер. Приобретаемые знания, умения и навыки с большим трудом переносятся и используются в реальной жизни.

В программу можно включать характеристику обучающихся, их навыки и умения по предмету, уточнять значимые и сложные темы.

Пояснительная записка.

**Физическая культура (Адаптивная физическая культура)** является составной частью образовательного процесса обучающихся с РАС. Она решает образовательные, воспитательные, коррекционно-развивающие и лечебно-оздоровительные задачи. Физическое воспитание рассматривается и реализуется комплексно, и находится в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим, трудовым обучением; занимает одно из важнейших мест в подготовке этой категории обучающихся к самостоятельной жизни, производительному труду, воспитывает положительные качества личности, способствует социальной интеграции школьников в общество.

Физическое воспитание и развитие обучающихся с РАС представляет довольно большую сложность для педагога, т.к. при поступлении в школу у ребенка присутствуют нарушения речи, а как один из возможных вариантов речь может совсем отсутствовать, а также

существуют большие сложности с восприятием словесных инструкций и пониманием обращенной речи. Имеют место нарушения коммуникативной функции и нежелание (невозможность в силу диагноза) выстраивать межличностные связи с учителем и сверстниками, необходимые для формирования основ физической культуры и физического развития. Так же у детей встречается своеобразие движений: произвольные движения неловкие, недостаточно координированы, наличие стереотипных повторений одних и тех же движений. Боязнь всего нового, приверженность к сохранению неизменности окружающей обстановки.

Программа направлена на освоение простейших физических упражнений, носит оздоровительную направленность и создаются условия для выработки жизненно необходимых двигательных умений и навыков. В процессе обучения у учащихся формируются знания, навыки правильного поведения (подчиняться правилам игр и соревнований) и гигиенические навыки, иметь опрятный внешний вид и соответствующую спортивную форму, а также умения и навыки необходимые для всестороннего гармонического развития и социализации учащихся. Воспитываются нравственные качества, приучаются к, организованности, дисциплине, ответственности, элементарной самостоятельности.

**Цель:** формирование новых навыков, совершенствование и закрепление двигательных умений и навыков, которые изучались во втором классе.

Задачи:

* + поддержание устойчивой работоспособности на достигнутом уровне;
	+ укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;
	+ формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;
	+ коррекция нарушений физического развития и психомоторики;
	+ развитие двигательных качеств (силы, гибкости, выносливости)
	+ воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями.
	+ воспитание нравственных качеств, приучение к дисциплинированности, организованности, ответственности и элементарной самостоятельности.

Срок реализации рабочей программы

Рабочая программа составляется на один учебный год, конкретизируется, уточняется после проведения диагностики обучающихся.

**Предметные результаты**

**Минимальный уровень:**

* иметь представления о физической культуре как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
* выполнять комплексы утренней гимнастики под руководством учителя;
* знать основные правила поведения на уроках физической культуры и осознанно их применять;
* выполнять строевые команды по словесной и наглядной инструкции;
* иметь представление о двигательных действиях;
* знать основные строевые команды;
* вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
* ходить в различном темпе с различными исходными положениями;
* взаимодействовать со сверстниками в организации и проведении подвижных игр, элементов соревнований;
* участвовать в подвижных играх и эстафетах под руководством учителя;
* знать правила бережного обращения с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

**Достаточный уровень:**

* практически освоить элементы гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр и др. видов физической культуры;
* самостоятельное выполнение комплексов физических упражнений без предметов и с предметами;
* владеть комплексами упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища; участие в оздоровительных занятиях в режиме дня (физкультминутки);
* выполнять основные двигательные действия в соответствии с заданием учителя: бег, ходьба, прыжки и др.;
* подавать и выполнять строевые команды, вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений.
* овладение навыками совместного участия со сверстниками в подвижных играх и эстафетах;
* оказывать посильную помощь и поддержку сверстникам в процессе участия в подвижных играх и соревнованиях;
* знать спортивные традиции своего народа и других народов;
* знать способы использования различного спортивного инвентаря в основных видах двигательной активности и уметь их применять в практической деятельности;
* знать правила и технику выполнения двигательных действий, уметь применять усвоенные правила при выполнении двигательных действий под руководством учителя;
* знать и применять правила бережного обращения с инвентарём и оборудованием в повседневной жизни;
* соблюдать требования техники безопасности в процессе участия в физкультурно- спортивных мероприятиях.

Оценка достижения планируемых результатов

В целом оценка достижения обучающимися с РАС (8.3) предметных результатов должна базироваться на принципах индивидуального и дифференцированного подходов.

Подходы к оцениванию определены примерной АООП образования обучающихся с РАС (8.3) школы 755 «Региональный центр аутизма».

При использовании балльной системы оценивания необходимо, чтобы оценка свидетельствовала о качестве усвоенных знаний. В связи с этим критериями оценки планируемых результатов являются:

* соответствие или несоответствие научным знаниям и практике;
* полнота и надёжность усвоения;
* самостоятельность применения усвоенных знаний.

В процессе и выборе системы оценивания текущих и итоговых (на момент окончания 3 класса) достижений обучающихся, определяющим фактором является возможность стимулирования их учебной и практической деятельности, оказания положительного влияния на формирование жизненных компетенций обучающихся.

БАЗОВЫЕ УЧЕБНЫЕ ДЕЙСТВИЯ

|  |  |
| --- | --- |
| **Группа БУД** | **Учебные действия и умения** |
| **Минимальный уровень освоения** | **Достаточный уровень освоения** |
| Личностные | - осознание себя как ученика, готового посещать школу в соответствии со специально организованными режимнымимоментами; | - осознание себя как ученика, готового посещать школу в соответствии со специально организованными режимнымимоментами; |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | * положительное отношение к окружающей действительности;
* проявление самостоятельности в выполнении учебных заданий;
* проявление элементов личной ответственности при поведении в социальном окружении (классе, школе);
 | * осознание себя как члена семьи
* способность к принятию социального окружения, своего места в нем (класс, школа, семья);
* проявление самостоятельности в выполнении простых учебных заданий;
* проявление элементов личной ответственности при поведении в социальном окружении (классе, школе, семье);
* готовность к изучению основ безопасного и бережного поведения в обществе.
* готовность к организации

элементарного взаимодействия с окружающими. |
| Коммуникативные | * вступать в контакт и работать в паре –«учитель-ученик»;
* использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
* слушать и понимать инструкцию учителя в процессе учебной деятельности;
* сотрудничать и взаимодействовать с учителем и со сверстниками;
* уважительно относиться к учащимся во время совместной учебной, игровой,

соревновательной деятельности. | * вступать в контакт и поддерживать его в коллективе (учитель-класс, ученик-ученик, учитель-ученик);
* использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
* слушать и понимать инструкцию в процессе обучения двигательным действиям;
* сотрудничать и взаимодействовать с учителем и

со сверстниками, обращаться за |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  | помощью и принимать помощь;* изменять свое поведение в соответствии с объективными требованиями учебной среды;
* конструктивно

взаимодействовать с окружающими. |
| Регулятивные | * выполнять комплексы физических упражнений под руководством учителя;
* ориентироваться в пространстве спортивного зала;
* уметь сохранять правильную осанку при выполнении различных упражнений;
* уметь ходить в различном темпе с различными исходными положениями с помощью наглядной и словесной инструкцией;
* адекватно соблюдать ритуалы школьного поведения (строиться по команде, выполнять строевые команды, организованно здороваться и т.д.);
* работать с различным спортивным инвентарем;
* активно участвовать в специально организованной деятельности (учебной, игровой, соревновательной).
 | * вести подсчёт при выполнении комплекса физических

упражнений и уметь самостоятельно его выполнять;* ориентироваться в пространстве спортивного зала;
* владеть комплексами упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища; участие в оздоровительных занятиях в режиме дня (физкультминутки);
* выполнять основные двигательные действия в соответствии с заданием учителя: бег, ходьба, прыжки и др.;
* оказывать посильную помощь и поддержку сверстникам в процессе участия в подвижных играх и соревнованиях;
* адекватно соблюдать ритуалы школьного поведения (строиться по команде, выполнять строевые команды, организованно здороваться и

т.д.); |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  | * уметь применять различный спортивный инвентарь в практической деятельности и помогать в его уборке после использования;
* активно участвовать в специально организованной деятельности (учебной,

игровой, соревновательной). |
| Познавательные | * знать требования техники безопасности на уроках, а также в процессе участия в физкультурно- спортивных мероприятиях;
* знать основные правила поведения на уроках физической культуры и их соблюдать;
* иметь представление о физической культуре как средстве укрепления здоровья;

*-* знать основные строевые команды;* иметь представление о двигательных действиях
* знать правила бережного обращения с инвентарём и оборудованием.
 | * знать и применять требования техники безопасности на уроке, а также в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.
* знать правила личной гигиены, необходимости спортивной формы на занятиях;

иметь представление о физической культуре как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;* знать и выполнять основные строевые команды;
* знать и применять правила бережного обращения с инвентарём и оборудованием в повседневной жизни;
 |

**Процедура итоговой и промежуточной аттестации Оценка достижения планируемых результатов**

В третьем классе оценка за технику ставится лишь при выполнении упражнений в равновесии, лазанье, с элементами акробатики (гимнастики), перестроениях, ходьбе. В остальных видах (бег, прыжки, метание, броски, ходьба) необходимо учитывать количественный результат. При оценивании обучающихся, учитываются их индивидуальные возможности, уровень физического развития, а также двигательные возможности.

При использовании традиционной пятибалльной шкалы оценивания по физической культуре важно отметить также следующие критерии:

* степень овладения основами двигательных навыков;
* стремление учащегося достичь желаемого результата;
* понимание и объяснение разучиваемого упражнения;
* умение пользоваться помощью учителя для улучшения качества выполнения упражнений;
* понимание специализированной терминологии;
* отношение к урокам физической культуры;
* соблюдение техники безопасности и правил поведения на уроках.

Формы текущего контроля

|  |  |
| --- | --- |
| **Дата** | **Контрольно-оценочная деятельность** |
| **Достаточный уровень** | **Минимальный уровень** |
| **I четверть** |
|  | Передвижение в беге и ходьбе | Передвижение в беге и ходьбе с |
| различными способами с изменением | изменением темпа. Прыжки на месте и в |
| темпа и направления движения. | длину с места. Метание мяча на |
| Прыжки на месте и в длину с места и с | дальность и по заданной цели (диам.- |
| разбега. Прыжки через препятствия. | 70см). |
| Метание мяча на дальность и по |  |
| заданной цели (диам.- 50см). |  |
| **II четверть** |
|  | Строевые упражнения на месте, | Строевые упражнения на месте, |
| комплекс ОРУ без предметов и с | комплекс ОРУ без предметов и с |
| предметами с минимальной помощью | предметами с помощью наглядной и |
| наглядной и словесной инструкции. | словесной инструкции. Ползание. |
| Ползание по-пластунски, стоя на | Удержание равновесия. |
| четвереньках. Удержание равновесия |  |
| на ограниченной опоре. |  |
| **III четверть** |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Знание и соблюдение правил | Активное | участие | в | игровой |
| подвижных и спортивных игр. | деятельности. |  |  |  |
| Активное участие в игровой |  |  |  |  |
| деятельности. |  |  |  |  |
| **IV четверть** |
|  | Передвижение в беге и ходьбе | Передвижение в беге и ходьбе с |
| различными способами с изменением | изменением темпа. Прыжки на месте и в |
| темпа и направления движения. | длину с места. Метание мяча на |
| Прыжки на месте и в длину с места и с | дальность и по заданной цели (диам.- |
| разбега. Прыжки через препятствия. | 80см). Участие в играх-эстафетах с |
| Метание мяча на дальность и по | элементами легкой атлетики. |
| заданной цели (диам.- 50см). Игры- |  |
| эстафеты с элементами легкой |  |
| атлетики, понимание правил и |  |
| активное участие. |  |

**Критерии оценивания**

**Оценка «5»** ставится за верное выполнение задания. При этой оценке допускаются мелкие ошибки (не влияющие на качество и результат выполнения). К ним можно отнести, например:

* неточность отталкивания;
* нарушение ритма при выполнении двигательного действия;
* «заступ» при отталкивании во время выполнения прыжка в длину с места и с разбега.

**Оценка «4»** ставится, если обучающийся допускает несколько мелких или одну значительную (грубую) ошибку при выполнении упражнения. Грубые ошибки – разновидность ошибок, при которых искажается техника движения. Грубые ошибки влияют на качество и результат выполнения упражнения.

Примеры значительных (грубых) ошибок:

* старт не из требуемого исходного положения;
* отталкивание далеко от линии разметки при выполнении прыжков в длину;
* асинхронность выполнения движений.

**Оценка «3»** ставится, если учащийся допустил не более одной значительной ошибки и несколько мелких. Также оценку «удовлетворительно» может получить ученик, совершивший несколько грубых ошибок, но при повторных попытках улучшивший свой результат.

В качестве примеров заданий можно предложить:

Бег (100 м.)

Бег (1000 м.)

Вис/Подтягивание на перекладине Прыжки в длину с места

Подъем туловища в сед из положения лежа

Содержание учебного предмета

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №**п/п** | **Раздел** | **Кол-во****часов** | **Краткое содержание** |
| 1. | Теоретические сведения | 4 | Т.Б. на уроках физ. культуры. Личная гигиена. Спортивная форма. Правила игр. Знакомство с различными упражнениями, видами спорта, спортивным инвентарём. Физическая нагрузка иотдых. Физическое развитие. Осанка. Физические качества. |
| 2. | Лёгкая атлетика | 46 | Ходьба. Бег. Прыжки. Метание. |
| 3. | Гимнастика | 23 |  *Построения и перестроения*.*Упражнения без предметов* (*корригирующие и общеразвивающие упражнения*):основные положения и движения рук, ног, головы, туловища; упражнения для расслабления мышц; упражнения для мышц шеи; упражнения для укрепления мышц спины и живота; упражнения для развития мышц рук и плечевого пояса; упражнения для мышц ног; упражнения на дыхание;упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев; упражнения для формирования правильной осанки; упражнения для укрепления мышц туловища.*Упражнения с предметами*:с гимнастическими палками; с обручами; с гимн. палками; с мячами;с гимн. лентами; с набивными мячами (вес 1 кг);упражнения на равновесие;лазанье и перелезание; упражнения для развития пространственно-временной дифференцировки и точности движений**;** переноска грузов и передача предметов**.** |
| 4. | Подвижные испортивные | 29 | Игры с бегом; игры с прыжками; игры с лазанием; игры с метанием и ловлей мяча;игры с построениями и перестроениями; игры с элементами общеразвивающих упражнений. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | игры. |  | Футбол, пионербол, баскетбол, бадминтон. |

**Форма организации учебного процесса** – урок. Урок физической культуры для учащихся – основная форма обучения жизненно-важным видам движений, которые имеют огромное значение в укреплении здоровья.

**Продолжительность урока** по физической культуре в 3 классе –40 мин.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дата прове****-****дения** | **Раздел, тема** | **Кол****-во****часо в** | **Виды учебной деятельно****сти** | **БУД** | **Средства обучения(инве нтарь)** |
| **I - четверть -24 часа** |
|  | Теоретическ ие сведения: Техника безопасности и правила поведения на уроках.Спортивнаяформа. | 1 | Беседа | Понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений о этических нормах и правилах поведения в современном обществе; вступать в контакт и работать в коллективе(учитель - ученик, ученик - ученик, учитель –класс);использовать принятые ритуалы социального взаимодействия содноклассниками и учителем (в спортзале, школе);слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту; сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных | Инструкция по ТБ. Наглядные картинки |
|  | Легкая атлетика: ходьба; разновиднос ти ходьбы; в медленном и быстром темпе, в заданномнаправлении. | 3 | Активные действия - ходьба | Зрительные ориентиры |
|  | Легкая атлетика: бег в медленноми быстром | 2 | Активные действия - бег. | Конусы, кегли, кубики |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | темпе. Бег в заданномнаправлении. |  |  | социальных ситуациях; доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми; договариваться и изменять свое поведение с учетом поведения других участников спорной ситуации; ориентироваться в пространстве спортзала; работать с учебными принадлежностями(инструм ентами, спортивным инвентарем) иорганизовывать рабочее место; активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников. |  |
|  | Легкая атлетика: Прыжки вдлину сместа. | 3 | Активные действия- прыжки | - |
|  | Легкая атлетика: Прыжки через препятствия в длину и высоту толчком одной идвумя. | 2 | Активные действия- прыжки | Обручи, горизонт.препя тствия (барьеры, скамейка) |
|  | Легкая атлетика: прыжок вдлину сразбега (5-6 шагов) | 4 | Активные действия- прыжки | Зрительные ориентиры: (разметка,гимн. мат) |
|  | Метание малого мяча в цель (d-50см) | 3 | Активные игровые действия-метание | Малый мяч, мишень |
|  | Легкая атлетика: Метание малого мяча надальность. | 3 | Активные игровые действия- метание | Малый мяч |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Игры- эстафеты с элементами л/а | 3 | Активные действия- бег, прыжки,метание |  | Горизонт.препя тствия, обручи, кегли, конусы, малые мячи |
| **II - четверть -24 часа** |
|  | Теоретическ ие сведения: Техника безопасности и правила поведения на урокахгимнастики | 1 | Беседа | Понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений о этических нормах и правилах поведения в современном обществе; вступать в контакт и работать в коллективе (учитель - ученик, ученик - ученик, ученик –ученик, учитель – класс);использовать принятые ритуалы социального взаимодействия содноклассниками и учителем (в спортзале, школе);слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности ибыту;сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с | Инструкция по ТБ. Наглядные картинки |
|  | Гимнастика: строевые упражнения–размыкание и смыкание приставнымишагами | 2 | Активные действия | Зрительные ориентиры |
|  | Гимнастика: комплекс ОРУ безпредметов. | 2 | Активные действия- |  |
|  | Гимнастика: комплекс ОРУ спредметами (гимн. палка, обручи, набивноймяч 2кг) | 3 | Активные действия | Гимн. палки, набивные мячи (1кг) |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Гимнастика: упоры, элементы полуакробат ики: кувырок в сторону, стойка на лопатках, согнув ноги, с опорой ног нагимн.стенку. | 3 | Активные действия | людьми;договариваться и изменять свое поведение с учетом поведения других участников спорной ситуации;ориентироваться в пространстве спортзала;работать с учебными принадлежностями (инструментами, спортивным инвентарем) и организовывать рабочее место; активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников. | Гимн. маты, гимн.стенка |
|  | Гимнастика: ползание, перелезание черезпрепятствия | 2 | Активные действия | Мягкие модули |
|  | Гимнастика: висы, лазание по гимн. скамейке,гимн. стенке | 2 | Активные действия | Гимн. стенка, скамейка |
|  | Гимнастика:упражнения в равновесии | 2 | Активные действия | Гимн. Скамейка |
|  | Гимнастика: упражненияс фитболами | 2 | Активные действияна мячах | Фитболы на каждогоребёнка |
|  | Гимнастика: упражнения с гантелями(0,5кг) | 2 | Активные действия | Гантели (0,5кг) |
|  | Гимнастика: | 2 | Активные | Гимн. Ленты |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | упражнения с гимн.лентами |  | действия |  |  |
|  | Подвижные игры- эстафеты с элементамигимнастики | 1 | Активные игровые действия | Обручи, мячи, гимн. маты, мягкие модули |
| **III - четверть -29 часов** |
|  | Теоретическ ие сведения: Техника безопасности и правила поведения на уроках физической культуры.Виды спортивныхигр | 1 | Беседа | Понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений о этических нормах и правилах поведения в современном обществе; вступать в контакт и работать в коллективе (учитель - ученик, ученик - ученик, ученик –ученик, учитель – класс);использовать принятые ритуалы социального взаимодействия содноклассниками и учителем (в спортзале, школе);слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту; сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; | Инструкция по ТБ. Наглядные картинки |
|  | Коррекционн ые игры:«Класс смирно»,«Слушайсигнал» | 1 | Активные действия | - |
|  | Подвижные игры: Игры с элементами обще- развивающи хупражнений: | 1 | Активные действия | - |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | «Мы —солдаты»,«Запрещенно е движение» |  |  | доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми;договариваться и изменять свое поведение с учетом поведения другихучастников спорной ситуации;ориентироваться в пространстве спортзала; работать с учебными принадлежностями (инструментами, спортивным инвентарем) и организовывать рабочее место; активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников. |  |
|  | Подвижные игры: игры с элементами ходьбы«Тише едешь- дальшебудешь» | 1 | Активные действия | - |
|  | Подвижные игры сэлементами бега:«Салки- выручалки»,«Хвостики»,«Невод» | 1 | Активные действия | Ленточки |
|  | Подвижные игры сбросками и ловлей мяча«Кого назвали -тоти ловит» | 1 | Активные игровые действия | Мячи разных размеров |
|  | Подвижные игры сметанием:«Попади в мяч»,«Выбивалы» | 1 | Активные действия | Малые мячи |
|  | Правила | 2 | Активные | Футбольные |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | игры вФутбол. Передачи мяча другдругу наместе и спродвижение м |  | действия |  | мячи |
|  | Футбол. Удары мяча по воротам. Упрощеннаяигра | 2 | Активные действия с мячами | Футбольные мячи |
|  | Пионербол. Правила игры.Передачи мяча черезсетку другдругу | 2 | Активные действия с мячами | Волейбольные мячи |
|  | Пионербол. Правила игры.Упрощеннаяигра | 2 | Активные игровые действия | Волейбольный мяч |
|  | Баскетбол. Правила игры. Стойка баскетболист а. Передачимяча в парах. | 2 | Активные действия с мячами | Баскетбольный мяч |
|  | Баскетбол. Ведениемяча на | 2 | Активные действия смячами | Баскетбольный мяч |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | месте и с продвижением. |  |  |  |  |
|  | Баскетбол. Броски в цель (мишень, обруч, щит,кольцо) | 2 | Активные действия с мячами | Баскетбольный мяч |
|  | Баскетбол. Подвижная игра «Мяч капитану»,«10 передач» | 1 | Активные действия с мячами | Баскетбольный мяч |
|  | Бадминтон. Правила игры. Захват ракетки.Имитацияударов | 1 | Активные действия | Ракетки, воланы |
|  | Бадминтон. Правила игры. Удары по волану различнымиспособами | 2 | Активные действия | Ракетки, воланы |
|  | Бадминтон. Передачи друг другу, работа впарах | 2 | Активные игровые действия | Ракетки, воланы |
|  | Бадминтон. Упрощеннаяигра | 2 | Активные игровыедействия | Ракетки, воланы |

|  |
| --- |
| **IV - четверть -24 часа** |
|  | Теоретическ ие сведения: Техника безопасности и правила поведения на уроках легкой атлетики.Виды соревнований по л/а. | 1 | Беседа | Понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений о этических нормах и правилах поведения в современном обществе; вступать в контакт и работать в коллективе (учитель - ученик, ученик - ученик, ученик –ученик, учитель – класс);использовать принятые ритуалы социального взаимодействия содноклассниками и учителем (в спортзале, школе);слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту; сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми;договариваться и изменять свое поведение с учетом поведения других | Инструкция по ТБ. Наглядные картинки |
|  | Строевые упражнения. Построение в шеренгу, колонну,парами | 1 | Активные действия | - |
|  | Строевые упражнения. Размыкание, смыкание приставнымишагами. | 1 | Активные действия | - |
|  | Легкая атлетика: ходьба, разновиднос ти ходьбы, ходьба с изменением скорости инаправления | 1 | Активные действия - ходьба | Зрительные ориентиры |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Легкая атлетика: бег в медленном и быстром темпе. Бег в заданномнаправлении | 2 | Активные действия- бег | участников спорной ситуации;ориентироваться в пространстве спортзала; работать с учебными принадлежностями (инструментами, спортивным инвентарем) и организовывать рабочее место; активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников. | Зрительные ориентиры |
|  | Легкая атлетика: высокий старт, бег по сигналу на скорость 30м.,челночныйбег 4по10м | 3 | Активные действия- бег | Зрительные ориентиры |
|  | Легкая атлетика: прыжки вдлину сместа | 2 | Активные действия- прыжки | - |
|  | Легкая атлетика: прыжки через препятствия в длину и высоту толчком одной идвумя | 2 | Активные действия- прыжки | Скамейка и др. препятствия |
|  | Легкаяатлетика: прыжок в | 3 | Активныедействия- прыжки | Зрительныеориентиры (разметка) |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | длину с разбега (5-6шагов) |  |  |  |  |
|  | Легкая атлетика: метание малого мячав цель | 2 | Активные действия- метание | Малые мячи |
|  | Легкая атлетика: метание малого мячана дальность | 2 | Активные действия | Малые мячи |
|  | Легкая атлетика: броски набивного мяча (1-2кг) двумя руками махом сверху из-за головы,снизу | 2 | Активные действия | Набивные мячи (1кг) |
|  | Игры- эстафеты с элементамил/а | 2 | Активные действия | Малые мячи, набивные мячи, горизонт.препятствия |