Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение

«Ножовская школа- интернат для обучающихся

с ограниченными возможностями здоровья VIII вида»

СОГЛАСОВАНО

на заседании ШМО № 1

от 28.08.2026

УТВЕРЖДЕНО

директор МКОУ «Ножовская школа-интернат VIII вида»

_____Пахольченко Г. В.

«28» августа 2026 года

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по учебному предмету

«Адаптивная физическая культура»

Год обучения: 2026-2027

1-9 класс

Вариант 1

СОСТАВИЛ: Дурышева Мария Алексеевна

с.Ножовка

2026

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее ФАООП УО, вариант (1), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. №1026 (http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202212300059) и адресована обучающимся с нарушением интеллекта с учетом реализации особых образовательных потребностей.

Учебный предмет «Адаптивная физическая культура» относится к предметной области «Физическая культура» и является обязательной частью учебного плана. В соответствии с учебным планом рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 1 дополнительном классе рассчитана на 34 учебные недели и составляет 99 часов в год (3 часа в неделю).

Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа определяет цель и задачи учебного предмета «Адаптивная физическая культура».

Цель обучения – всестороннее развитие личности обучающихся с нарушением интеллекта в процессе приобщения их к физической культуре, коррекция недостатков психофизического развития, расширение индивидуальных двигательных возможностей, социальной адаптации.

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 1 дополнительном классе определяет следующие задачи:

– формирование основ гигиенических знаний, знаний о технике безопасности на занятиях адаптивной физической культурой и технике выполнения физических упражнений;

– формирование умения готовиться к уроку адаптивной физической культурой;

– формирование представлений о колонне, шеренге

– формирование навыков выполнять простейшие строевые действия в колонне и шеренге;

– формирование умений ходить и бегать в различном темпе и направлениях;

– формирование умений выполнять прыжки с ноги на ногу, на двух ногах на месте и с продвижением, прыгать через предметы, мягко приземляться в прыжках;

– формирование умений подлезать, пролезать и перелезать через препятствие;

– формирование навыков правильных действий в подвижных играх под руководством учителя;

– воспитание доброжелательного отношения к товарищам, смелости во время выполнения физических упражнений;

– развитие физических способностей: координационных, скоростных, силовых, общей выносливости, гибкости;

– воспитание самостоятельности в выполнении физических упражнений.

II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

Уроки адаптивной физической культурой направлены на формирование у младших школьников с нарушением интеллекта базовых двигательных действий, развитие двигательных способностей и физических качеств, необходимых в повседневной жизни.

Обучение адаптивной физической культуре носит практическую направленность и тесно связано с другими учебными предметами.

Программой предусмотрены следующие виды работы:

- беседы о содержании и значении физических упражнений для повышения качества здоровья и коррекции нарушенных функций;
- выполнение физических упражнений на основе показа учителя;
- выполнение физических упражнений без зрительного сопровождения, под словесную инструкцию учителя;
- формирование двигательных умений и навыков в процессе подвижных игр.

На уроках по предмету «Адаптивная физическая культура» учитель широко использует различные методы обучения: словесные (рассказ, беседа, объяснение), наглядные (показ, демонстрация), практические (выполнение упражнения, подвижные игры и др.)

На учебных занятиях в 1 дополнительном классе ведется работа:

- по формированию знаний обучающихся;
- по обучению школьников двигательным действиям;
- по развитию физических качеств и способностей;
- по развитию координационных способностей (изменение исходного положения, направления, темпа, усилий, скорости, амплитуды, привычных условий и др.);
- по формированию симметричных и асимметричных движений;
- по выполнению школьниками релаксационных упражнений;
- по воспроизведению заданного ритма движений (под музыку, голос, хлопки и т. п.);
- по развитию пространственной ориентации на основе кинестетических, тактильных, зрительных, слуховых ощущений (в зависимости от сохранности сенсорных систем);
- по развитию мелкой моторики кисти (жонглирование предметами, пальчиковая гимнастика и др.);
- по развитию движений на согласованность совместных действий.

Использование разнообразных средств обучения и методов преподавания адаптивной физической культуры способствует улучшению здоровья и работоспособности школьников, развитию их познавательных способностей, служит способом удовлетворения потребности в эмоциях, движении, игре, общении, что создает реальные предпосылки для социализации обучающихся.

Таблица 1. Основные разделы учебного предмета «Адаптивная физическая культура»

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов
1	Знания о физической культуре	4
2	Гимнастика	32
3	Легкая атлетика	37

4	Подвижные игры	26
	Итого	99

III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты

• Сформированность адекватных представлений о собственных возможностях:

– умения оценивать совместно с учителем результаты своих действий и действий одноклассников.

• Овладение социально-бытовыми умениями и навыками, используемыми в повседневной жизни:

– умения пользоваться, полученными практическими навыками на уроках адаптивной физкультуры в повседневной жизни.

• Овладение элементарными умениями и навыками коммуникации, принятыми нормами социального взаимодействия в нем:

– умения называть свое имя, фамилию, приветствовать педагогов и одноклассников, прощаться с ними, взаимодействовать на уроках;

• Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей:

– соблюдение правил поведения обучающихся в школе;

– умения слушать и выполнять инструкции учителя в процессе получения результата своей деятельности.

– Принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;

– положительное отношение и проявление интереса к занятиям по адаптивной физической культуре;

– принятие и освоение новой социальной роли ученика, проявление интереса к учебной деятельности.

• Сформированность навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях:

– умения согласованно и продуктивно работать в группах, в процессе подвижных игр.

• Развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей:

– проявление чувств доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи к сверстникам.

• Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, на положительный результат, бережное отношение к материальным и духовным ценностям:

– знания и соблюдение элементарных правил обращения с инвентарём и оборудованием, соблюдение требования техники безопасности на уроках адаптивной физкультуры.

• Формирование самостоятельности:

– владение социально-бытовыми умениями на уроках адаптивной физкультуры и в повседневной жизни.

Уровни достижения

предметных результатов по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» на конец 1 дополнительного класса

Предметные результаты

минимальный уровень

• имеет элементарные представления о физической культуре как средстве укрепления здоровья человека, физического развития и физической подготовки;

• выполняет комплекс упражнений под руководством учителя;

• соблюдает основные правила поведения на уроках и осознанно их применяет;

• выполняет простые упражнения по словесной инструкции во время строевых команд;

• усваивает правила бережного обращения с инвентарём и оборудованием, соблюдает требования техники безопасности в процессе участия в физкультурно- спортивных мероприятиях;

• владеет начальными двигательными умениями: бег, прыжки и метание.

достаточный уровень

• владеет базовыми элементами гимнастики, легкой атлетики, подвижных игр;

• владеет элементарными представлениями об основных физических качествах (сила, быстрота, выносливость, координация, гибкость);

• освоил на доступном уровне основные правила поведения и соблюдает правила техники безопасности на уроке;

• выполняет команды учителя по словесной инструкции;

• самостоятельно выполняет комплекс утренней гимнастики;

• выполняет основные двигательные действия в соответствии с заданием учителя: ходьба, бег, прыжки, лазание;

• знает и соблюдает правила использования спортивного инвентаря в основных видах двигательной активности и применять их в практической деятельности;

• держит средний темп в беге;

• выполняет последовательные действия при забеге на короткую дистанцию: старт, финиширование.

Результаты формирования базовых учебных действий:

Личностные учебные действия:

На основе общих представлений и отдельных понятий (знаниевый компонент):

• начинает осознавать себя учеником, заинтересованным посещением школы, обучением, занятиями, членом семьи, одноклассником, другом;

• выделяет на доступном уровне социальное окружение, свое место в нем;

• положительно относится к окружающей действительности, выражает готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию;

• имеет элементарные представления об окружающем мире в единстве его природной и социальной частей;

• проявляет частичную самостоятельность (в том числе, работает по показу, по образцу) в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей;

• начинает понимать личную ответственность за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в ближнем окружении (в школе, в классе);

• проявляет готовность к безопасному и бережному поведению в природе и обществе.

Коммуникативные учебные действия:

Во взаимодействии, организованным по инициативе взрослого или учителя:

• вступает в контакт и работает в коллективе (учитель–ученик, ученик–ученик, ученик–класс, учитель–класс);

• использует принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;

• обращается за помощью и принимает помощь;

• слушает и понимает инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности;

• сотрудничает со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;

• доброжелательно относится, сопереживает, конструктивно взаимодействует с людьми (со сверстниками и взрослыми);

• договаривается и изменяет свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях взаимодействия с окружающими.

Регулятивные учебные действия:

В совместной со взрослым или учителем деятельности:

• соблюдает ритуалы школьного поведения (поднимает руку, встает и выходит из-за парты и т. д.);

• принимает цели и под контролем взрослого включается в деятельность, следует предложенному плану и работает в общем темпе;

• активно участвует в деятельности, осуществляет контроль и оценивает свои действия и действия одноклассников;

• соотносит свои действия и их результаты с заданными образцами, принимает оценку деятельности, оценивает ее с учетом предложенных критериев, корректирует свою деятельность с учетом выявленных недочетов.

Познавательные учебные действия:

В совместной, организованной учителем учебной деятельности:

• выделяет некоторые существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов;

• устанавливает видо-родовые отношения предметов;

• делает простейшие обобщения, сравнивает, классифицирует на наглядном материале;

• пользуется доступными знаками, символами, предметами-заместителями;

• читает; пишет; выполняет арифметические действия в рамках учебной программы;

• наблюдает за предметами и явлениями окружающей действительности;

• работает с несложной по содержанию и структуре информацией (понимает изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу, предъявленные на бумажных электронных носителях).

IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Тема учебного занятия	Кол-во часов	Программное содержание	Дифференциация видов деятельности обучающихся	
				Минимальный уровень	Достаточный уровень
Основы знаний					
1	Правила поведения на уроках	1	Беседа о содержании занятий и требованиях к их организации. Построение в одну шеренгу около объемных фигур разного цвета.Игра по развитию способности ориентирования в пространстве.Комплекс общеразвивающих упражнений (ОРУ) без предметов.	Слушают инструктаж и отвечают односложно на вопросы учителя.Строятся в одну шеренгу под контролем учителя. Участвуют в подвижной игре с помощью учителя. Выполняют комплекс ОРУ без предметов (с помощью учителя).	Слушают инструктаж и отвечают на вопросы учителя.Строятся в одну шеренгу самостоятельно.Участвуют в подвижной игре по инструкции учителя.Выполняют комплекс ОРУ без предметов.
Легкая атлетика					
2	Ходьба и бег в колонне	1	Тренировочные упражнения в быстром переодевании и аккуратном складывании одежды.Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег в колонне (за учителем).Подвижная игра для развития способности ориентирования в пространстве.Повторение правил поведения на уроках физической культуры.	Переодевают и складывают форму с помощью учителя. Выполняют общее построение под контролем учителя.Слушают инструктаж и зрительно воспринимают образец поведения на уроках физической культуры (техника безопасности).Участвуют в подвижной игре по показу и с помощью учителя.	Самостоятельно готовятся к уроку.Выполняют построение в колонну по указанию учителя.Передвигаются в колонне за учителем.Слушают инструктаж и зрительно воспринимают образец поведения на уроках физической культуры (техника безопасности).Участвуют в подвижной игре по инструкции учителя.
3	Ходьба и бег в колонне, по одному в заданном	1	Построение в шеренгу и перестроение в колонну.Передвижение в колонне (за учителем).Выполнение ОРУ без предметов.Развитие общей выносливости. Подвижная игра для	Выполняют простые виды построений, осваивают на доступном уровне строевые действия в шеренге и колонне (с помощью учителя).Выполняют 3-4	Выполняют построения и перестроения в шеренгу, колонну, круг, осваивают строевые действия в шеренге и колонне.Выполняют ходьбу и бег в колонне по одному в обход зала за

	направлении (темп умеренный)		развития способности ориентирования в пространстве.	упражнения комплекса (с помощью учителя).Участвуют в подвижной игре по показу и (с помощью учителя).	учителем.Участвуют в подвижной игре по инструкции учителя.
4	Ходьба и бег в различных направлениях	1	Построения в шеренгу и колонну.Ходьба и бег в различных направлениях.Комплекс утренней гимнастики.Ознакомление с подвижной игрой (с бегом).	Выполняют построение в шеренгу и колонну, ориентируясь на образец выполнения обучающимися 2 группы.Осваивают и выполняют ходьбу в умеренном темпе.Выполняют 3-4 упражнения комплекса утренней гимнастики (с помощью учителя).Участвуют в подвижной игре по показу (с помощью учителя).	Строятся в шеренгу и колонну.Осваивают ходьбу и бег в различных направлениях с сохранением правильной осанки, в затылок друг другу и осуществление зрительного контроля за дистанцией.Выполняют комплекс упражнений утренней гимнастики.Участвуют в подвижной игре после инструкции и показа учителя.
5	Бег в среднем темпе с переходом на ходьбу	1	Игровые задания на построение и перестроения.Ходьба на носках, на пятках.Чередование бега и ходьбы по сигналу.Комплекс утренней гимнастики.Подвижная игра с бегом.	Выполняют игровые задания (с помощью учителя).Выполняют ходьбу на носках, на пятках. Выполняют комплекс утренней гимнастики, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Участвуют в подвижной игре по показу (с помощью учителя).	Выполняют игровые задания. Осваивают ходьбу по прямой линии на носках, на пятках с сохранением равновесия на ограниченной поверхности.Участвуют в подвижной игре по показу учителя.
6	Бег в среднем темпе с переходом на ходьбу	1	Построение в шеренгу, ходьба с различным положением рук: на пояс, к плечам, в стороны, вперед.Общеразвивающие упражнения в движении.Развитие общей выносливости.Ознакомление с игрой с элементами общеразвивающих упражнений.	Выполняют построение в шеренгу (с помощью учителя).Выполняют упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя.Участвуют в подвижной игре по показу (с помощью учителя).	Выполняют построение в шеренгу по сигналу учителя.Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений после показа учителем.Участвуют в подвижной игре после инструкции учителя.

7	Бег в медленном темпе, чередующийся с ходьбой	1	Построения в шеренгу, в колонну по одному.Бег в медленном темпе, чередование ходьбы и бега.Упражнения на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища.Подвижная игра на развитие точности движений.	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений. Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют основные положения и движения рук, ног, головы, туловища с наименьшим количеством раз.Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя.	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры.Выполняют упражнения на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища.Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп, дистанцию во время движения, удерживая правильную осанку во время ходьбы.Участвуют в подвижной игре после инструкции педагога.
8	Ходьба с сохранением правильной осанки	1	Беседа о правильной осанке.Ходьба с сохранением правильной осанки.Общеразвивающие упражнения с малыми мячами.Игра для развития тактильно-кинестетической способности рук	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений. Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют основные положения и движения рук, ног, головы, туловища с наименьшим количеством раз.Участвуют в подвижной игре по показу (с помощью учителя).	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры.Выполняют упражнения на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища.Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп, дистанцию во время движения, удерживая правильную осанку во время ходьбы.Участвуют в подвижной игре после инструкции.
9	Непрерывный бег в среднем темпе	1	Ходьба с сохранением правильной осанки.Передвижение бегом в среднем темпе.Упражнения с флажками.Подвижная игра для	Выполняют непрерывный бег за наиболее физически развитым обучающимся из 2 группы, ориентируясь на его пример (образец).Осваивают упражнения с	Выполняют непрерывный бег в колонне в среднем темпе, сохранение дистанции, равнение в затылок.Выполняют упражнения с флажками по показу

			развития тактильно-кинестетической способности рук.	флажками, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Участвуют в подвижной игре по показу (с помощью учителя).	учителя. Участвуют в подвижной игре после инструкции.
10	Непрерывный бег в среднем темпе	1	Строевые упражнения.Ходьба с высоким подниманием бедра.Чередование ходьбы с бегом.Построение в круг.Комплекс упражнений в кругу.Подвижная игра для развития тактильно-кинестетической способности рук.	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений. Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы.Участвуют в подвижной игре по показу (с помощью учителя).	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры.Выполняют упражнения на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища.Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп, дистанцию во время движения, удерживая правильную осанку во время ходьбы.Участвуют в подвижной игре после инструкции учителя.
11	Прыжки на двух ногах на месте	1	Ходьба приставным шагом правое, левое плечо вперед.Прыжки на двух ногах.Упражнения для укрепления мышц ног.Игра с элементами лазания.	Выполняют прыжки после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий).Выполняют упражнений для укрепления мышц ног с наименьшим количеством раз.Участвуют в подвижной игре после инструкции и показа учителя.	Выполняют прыжки после инструкции и показа учителя. Выполняют упражнений для укрепления мышц ног по показу учителя.Участвуют в подвижной игре
12	Прыжки на двух ногах через веревочки	1	Подвижная игра с элементами перестроений.Ходьба приставным шагом, комплекса общеразвивающих упражнений.Различение правой и	Участвуют в подвижной игре.Выполняют бег в чередовании с ходьбой под контролем учителя. Выполняют 4-5 упражнений	Играют в подвижную игру. Выполняют бег в чередовании с ходьбой.Прыгают на двух ногах на месте после инструкции и показа учителя.

			левой ноги.Прыжки на двух ногах, сохранение равновесия.Игра с бросками и ловлей мяча.	комплекса.Выполняют прыжки после инструкции и неоднократного показа (с помощью учителя).	
13	Прыжки с продвижением вперед, назад	1	Общеразвивающие упражнения с малыми мячами.Ориентирование в направлении движений.Подпрыгивания подряд в заданном направлении.Подвижная игра с метанием мяча.	Выполняют общеразвивающие упражнения.Ориентируются в направлении движений с помощью педагога.Прыгают на двух ногах с продвижением вперед. Участвуют в подвижной игре по показу (с помощью учителя).	Выполняют общеразвивающие упражнения по инструкции и показу педагога.Выполняют прыжки в заданном направлении, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры.Играют в подвижную игру по показу учителя.
14	Прыжки с продвижением вправо, влево	1	Комплекс упражнений с малыми мячами.Ориентирование в пространстве в процессе выполнения прыжков с продвижением в заданном направлении, с сохранением устойчивого равновесия.Подвижная игра (с элементами строевых команд).	Выполняют 4-5 упражнений комплекса.Прыгают на двух ногах с продвижением вправо, влево с помощью педагога.Участвуют в подвижной игре по показу и (с помощью учителя).	Выполняют комплекс упражнений.Прыгают с продвижением вправо, влево, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры.Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя.
15	Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	1	Бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному.Беседа о значении утренней зарядки.Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений зарядки.Выполнение прыжковых упражнений, сохраняя равновесие при приземлении.Подвижная игра на внимание.	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Отвечают на вопросы односложно.Выполняют построение в круг (с помощью учителя). Перепрыгивают из обруча в обруч, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы.Участвуют в игре по показу и с помощью педагога.	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Отвечают на вопросы целым предложением.Выполняют построение в круг и комплекс утренней зарядки по инструкции учителя.Перепрыгивают из обруча в обруч после инструкции и показа учителя.

16	Прыжки с ноги на ногу на заданное расстояние	1	Ходьба с сочетанием с движениями рук.Бег на носках. Построение в круг.Комплекс утренней гимнастики.Перепрыгивание через шнур, сохраняя устойчивое равновесие.Игра на формирование способности вести совместные действия с партнером, развитие точности движений.	Выполняют ходьбу в колонне, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы.Выполняют построение в круг (с помощью учителя). Перепрыгивают через шнур после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий). Участвуют в игре по показу (с помощью учителя).	Выполняют ходьбу в колонне по одному с различными заданиями для рук по показу учителя.Выполняют построение в круг и комплекс утренней зарядки по инструкции учителя.Перепрыгивают через шнур после показа учителя.Участвуют в подвижной игре по инструкции учителя.
17	Прыжки через набивной мяч толчком двумя ногами	1	Тренировочные упражнения в ходьбе перекатом с пятки на носок.Развитие скорости и силы ног, координационных движений.Упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев.Прыжок через предмет.Подвижная игра для формирования способности вести совместные действия с партнером, развитие точности движений.	Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы.Выполняют 3-4 упражнения. Перепрыгивают через предмет, отталкиваясь одновременно двумя ногами и мягко приземляясь.Участвуют в подвижной игре по показу (с помощью учителя).	Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют упражнения по словесной инструкции и показу.Перепрыгивают через набивной мяч.Участвуют в подвижной игре.Осваивают и используют игровые умения.
18	Запрыгивание и спрыгивание с низких устойчивых предметов	1	Ходьба перекатом с пятки на носок.Упражнения с набивными мешочками.Запрыгивание и спрыгивание с низких устойчивых предметов.Подвижная игра (формирование совместных действий с партнером, развитие точности движений).	Выполняют ходьбу перекатом с пятки на носок, ориентируясь на образец.Выполняют запрыгивание и спрыгивание после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий).Участвуют	Выполняют ходьбу с хлопками по показу.Запрыгивают и спрыгивают с низких устойчивых предметов.Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя.

				в игре по показу (с помощью учителя).	
19	Запрыгивание и спрыгивание с низких устойчивых предметов	1	Ходьба в полуприсиде.Упражнения для укрепления голеностопных суставов и стоп.Комплекс ОРУ с веревочками.Подвижная игра.	Выполняют ходьбу под контролем учителя.Выполняют запрыгивание и спрыгивание после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий).Участвуют в подвижной игре по показу (с помощью учителя).	Выполняют ходьбу по показу учителя.Запрыгивают и спрыгивают с низких устойчивых предметов.Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя. Участвуют в подвижной игре игру по показу и инструкции учителя.
20	Правильный захват различных предметов	1	Захват, движение рук и туловища при захвате.Метание набивного мешочка снизу ведущей рукой.Упражнения на осанку.Подвижная игра (выполняют действия метания с мешочками).	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения.Выполняют захват и удержание различных предметов для выполнения метания после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий).Метают мешочки снизу ведущей рукой по прямому указанию учителя и с его помощью	Выполняют ходьбу по инструкции учителя.Осваивают и удерживают правильный захват различных предметов.Выполняют упражнения по инструкции учителя.Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя.
21-23	Метание с места в горизонтальную цель	3	Ходьба с движениями рук. Ходьба змейкой.Построение в круг.Упражнения для укрепления туловища.Передача и прием мяча в круге.Выполнение общеразвивающих упражнений в парах.Метание	Выполняют ходьбу в медленном темпе под контролем учителя. Выполняют 3-5 упражнений.Принимают и передают мяч в круге, ориентируясь на образец	Выполняют ходьбу в медленном темпе, чередование ходьбы и бега. Выполняют построение в круг по указанию учителя.Выполняют прием и передача мяча в круге после инструкции и показа учителя.Выполняют захват и удержание

			набивного мешочка снизу правой и левой рукой в горизонтальную цель, (увеличение расстояния до цели).Игра с мячами (метание мячей разных размеров).	выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы.Участвуют в игре, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий учителем и его помощь.	мешочков для выполнения метания после инструкции и показа учителя.Участвуют в подвижной игре после показа учителем.
24-25	Метание с места в вертикальную цель	2	Захват мяча, движение руки, туловища при метании.Метание набивного мешочка сверху ведущей рукой.Выполнение ОРУ с кубиками.Игра (развитие мелкой моторики рук).	Выполняют упражнения после инструкции и показа учителя.Выполняют метание набивного мешочка сверху ведущей рукой после пооперационного показа и контроля выполнения действий учителем. Участвуют в игре по показу (с помощью учителя).	Выполняют упражнения после инструкции и показа учителя.Выполняют метание набивного мешочка сверху ведущей рукой по показу учителя.Участвуют в подвижной игре после инструкции учителя.
26-27	Метание мяча из положения сидя из-за головы	2	Ходьба с хлопками.Упражнения с волейбольным мячом.Метание мяча из положения сидя из-за головы двумя руками.Игра (развитие мелкой моторики рук).	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют 3-4 упражнения с мячом (с помощью учителя).Метают мяч из положения сидя из-за головы двумя руками с направляющей помощью учителя. Участвуют в игре по показу (с помощью учителя).	Выполняют ходьбу по показу учителя.Выполняют упражнения по инструкции учителя.Метают мяч из положения сидя из-за головы двумя руками по прямому указанию учителя.Участвуют в подвижной игре после инструкции учителя.
Основы знаний					
28	Техника безопасности на уроках гимнастики. Гигиенические		Беседа о содержании занятий и требованиях к их организации.Ходьба и бег по ориентирам, змейкой.Комплекс ОРУ со	Слушают инструктаж и отвечают на вопросы учителя.Выполняют ходьбу и бег по ориентирам по инструкции учителя (с помощью учителя).Выполняют комплекс	Слушают инструктаж и отвечают на вопросы учителя.Выполняют ходьбу и бег по ориентирам, по инструкции учителя.Выполняют комплекс ОРУ по

	требования к одежде и обуви гимнаста		скакалкой.Упражнения на метание мяча стоя двумя руками.	ОРУ (с помощью учителя) и упражнения на метание мяча.	показу педагога.Метают мяч, стоя двумя руками.
Гимнастика					
29-30	Упражнения на укрепление здоровья	2	Бег по коридорчику.Комплекса ОРУ с обручами. Упражнения для формирования правильной осанки.Игра (активизация речевой активности).	Выполняют бег по коридорчику (с помощью учителя).Выполняют 3-4 упражнения комплекса (с помощью учителя).Участвуют в игре по показу (с помощью учителя)	Выполняют комплекс ОРУ с обручами, упражнения для формирования правильной осанки после инструкции учителя.Участвуют в игре после инструкции учителя.
31-32	Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках	2	Ходьба в колонне по одному с различными заданиями для рук.Комплекс упражнений для укрепления туловища.Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках.Игра (активизация речевой активности).	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют 5-6 упражнений комплекса (с помощью учителя).Ползают по гимнастической скамейке на четвереньках (с помощью учителя).Участвуют в игре по показу (с помощью учителя).	Выполняют ходьбу по указанию учителя.Выполняют комплекс упражнений по показу учителя.Самостоятельно выполняют ползание по гимнастической скамейке на четвереньках.Участвуют в игре после инструкции учителя.
33	Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками (с помощью учителя)	1	Строевые упражнения.Комплекса упражнений с обручами.Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками (с помощью учителя).Игра (активизация речевой активности).	Выполняют строевые упражнения, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют 5-6 упражнений комплекса (с помощью учителя).Ползают по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками с помощью (с помощью учителя).Участвуют в игре по показу (с помощью учителя).	Выполняют строевые упражнения по указанию учителя.Выполняют комплекс упражнений по показу учителя.Выполняют ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками (с помощью педагога).Участвуют в игре после инструкции учителя.

34-35	Ползание по гимнастической скамейке	2	Строевые упражнения.Комплекс ОРУ (под музыкальное сопровождение).Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь поочередно правой и левой рукой (с помощью учителя).Игра (активизация речевой активности).	Выполняют строевые упражнения, ориентируясь на образец выполнения обучающимися 2 группы. Выполняют 5-6 упражнений комплекса.Ползают по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь поочередно правой- левой рукой (с помощью учителя).Участвуют в дидактической игре по показу (с помощью учителя).	Выполняют строевые упражнения по указанию учителя. Выполняют комплекс упражнений по показу учителя.Выполняют ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь поочередно правой-левой рукой (при необходимости с помощью учителя).Участвуют в игре после инструкции учителя.
36	Ползание по наклонной гимнастической скамейке на четвереньках	1	Обыкновенная ходьба в чередовании с ходьбой по линии, обозначенной на полу, сохраняя равновесие.Упражнения на осанку.Упор на коленях и на четвереньках, правильное удержание за скамейку.Ползание по наклонной гимнастической скамейке на четвереньках.Подвижная игра (бросание и ловля предметов).	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения (с помощью учителя).Выполняют ползание по гимнастический скамейке на четвереньках (с помощью учителя).Участвуют в игре по показу (с помощью учителя).	Выполняют ходьбу по инструкции учителя.Выполняют ползание на четвереньках в медленном темпе по горизонтальной скамейке (самостоятельно).Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя.
37	Ползание по наклонной гимнастической скамейке на животе подтягиваясь двумя руками	1	Строевые упражнения.Комплекс ОРУ (под музыкальное сопровождение).Ползание по наклонной гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками.Игра (развитие речи).	Выполняют строевые упражнения, ориентируясь на образец выполнения обучающимися 2 группы. Выполняют 5-6 упражнений комплекса.Ползают по наклонной гимнастической скамейке на животе подтягиваясь двумя руками (с помощью учителя).Участвуют в игре по инструкции учителя.	Выполняют строевые упражнения по указанию учителя.Выполняют комплекс упражнений по показу учителя.Самостоятельно выполняют ползание по наклонной гимнастической скамейке на животе подтягиваясь двумя руками.Участвуют в игре после инструкции учителя.

38-39	Упражнения в равновесии	2	Строевые упражнения.Комплекс ОРУ на стульчиках.Тренировочные упражнения в ходьбе по веревочке, руки в стороны.Тренировочные упражнения в ходьбе по веревочке выложенной змейкой, руки в стороны.Подвижная игра (развитие ориентировки в пространстве).	Выполняют строевые упражнения, ориентируясь на образец выполнения обучающимися 2 группы. Выполняют 5-6 упражнений комплекса (с помощью учителя).Ходят по веревочке, руки в стороны с направляющей помощью педагога.Участвуют в игре по показу (с помощью учителя).	Выполняют строевые упражнения по указанию учителя.Выполняют комплекс упражнений по показу учителя.Самостоятельно выполняют ходьбу по веревочке, руки в стороны.Участвуют в игре после инструкции учителя.
40-43	Ходьба по гимнастической скамейке	4	Ходьба в колонне по одному с различными заданиями для рук.Построение в круг.Комплекс утренней гимнастики.Ходьба по скамейке.Подвижная игра с бегом.	Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы.Выполняют 3-4 упражнения (с помощью учителя).Выполняют упражнения в ходьбе по скамейке после неоднократного показа учителя, в медленном темпе (с помощью учителя).Участвуют в подвижной игре по показу (с помощью учителя).	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют упражнения по словесной инструкции и показу.Выполняют упражнения в ходьбе по скамейке после неоднократного показа учителя.Осваивают и используют игровые умения и навыки.
44	Лазание по гимнастической стенке (с помощью учителя)	1	Строевые упражнения.Комплекс упражнений на гимнастических ковриках.Лазание по гимнастической стенке (с помощью учителя).Дидактическая игра (развитие тактильно-кинестетического восприятия).	Осваивают на доступном уровне строевые упражнения.Выполняют 3-4 упражнения под контролем педагога.Выполняют упражнения лазание по гимнастической стенке после неоднократного показа учителя, в медленном темпе (с помощью учителя)Участвуют в игре по показу (с помощью учителя).	Выполняют команды по построению и перестроению по сигналу учителя (при необходимости ориентируются на образец).Выполняют упражнения в равновесии после неоднократного показа учителя.Участвуют в игре после инструкции учителя.

45-46	Лазание по гимнастической стенке на заданное расстояние (с помощью учителя)	2	Строевые упражнения.Комплекс упражнений с гантелями.Лазание по гимнастической стенке на заданное расстояние (с помощью учителя).Дидактическая игра (развитие тактильно-кинестетического восприятия).	Осваивают на доступном уровне строевые действия.Выполняют 3-4 упражнения с помощью педагога. Выполняют упражнения в лазании после неоднократного показа учителя, в медленном темпе, с помощью педагога.Участвуют в игре по показу (с помощью учителя).	Выполняют команды по построению и перестроению по сигналу учителя (при необходимости ориентируются на образец).Выполняют упражнения в лазании после неоднократного показа учителя.Участвуют в игре после показа и инструкции учителя
47-48	Лазание по гимнастической стенке с переходом на соседний пролет	2	Лазание по гимнастической стенке с переходом на соседний пролет.Лечебно – оздоровительные упражнения для профилактики нарушений зрения.Дидактическая игра (развитие тактильно-кинестетического восприятия).	Осваивают на доступном уровне строевые действия под контролем педагога.Выполняют 1-2 лечебно-оздоровительных упражнения.Выполняют упражнения в лазании после неоднократного показа учителя, в медленном темпе (с помощью учителя).Участвуют в дидактической игре по показу (с помощью учителя).	Выполняют команды по построению и перестроению по сигналу учителя (при необходимости ориентируются на образец).Выполняют лечебно-оздоровительных упражнения.Выполняют упражнения в лазании после неоднократного показа учителя.Участвуют в игре после инструкции учителя.
Основы знаний					
49	Техника безопасности при занятиях подвижными играми.Правила игр, поведение игроков на площадке	1	Комплекс ОРУ.Упражнения на релаксацию и дыхательные упражнения (в игровой форме).Лечебно – оздоровительные упражнения для профилактики нарушений зрения.	Выполняют упражнения комплекса.Выполняют упражнения на релаксацию и дыхательные упражнения.Повторяют лечебно – оздоровительные упражнения для профилактики нарушений зрения (с помощью учителя).	Выполняют упражнения комплекса (самостоятельно). Выполняют упражнения на релаксацию и дыхательные упражнения (самостоятельно).Повторяют лечебно – оздоровительные упражнения для профилактики нарушений зрения.
Подвижные игры					

50	Подвижные игры (формирование совместных действий с партнером)	1	Ходьба.Комплекс ОРУ.Подвижные игры: «Паровозик», «Ловишки».	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения по образцу.Размещаются «врассыпную» (с помощью учителя).Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя).	Выполняют ходьбу по указанию учителя.Выполняют по показу ОРУ.Размещаются «врассыпную».Участвуют в различных видах игр после показа и объяснения учителя.
51	Игра для развития точности движений	1	Ходьба со сменой положения рук.Упражнения для укрепления голеностопных суставов и стоп.Подвижные игры: «Паровозик», «Ловишки».	Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя. Выполняют упражнения.Участвуют в игре по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя).	Выполняют ходьбу по инструкции учителя.Выполняют комплекс упражнений по показу. Участвуют в подвижных играх после показа и инструкции учителя.
52-53	Подвижные игры с прыжками	2	Ходьба со сменой положений рук.Упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев.Приставные шаги.Подвижная игра (ориентировка в пространстве).	Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя. Выполняют упражнения, участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя.	Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя.Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя. Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя.
54-55	«Школа мяча»	2	Ходьба по ориентирам, начерченным на полу.Ходьба со сменой положений рук.Комплекс ОРУ.Броски мяча об пол	Выполняют ходьбу.Выполняют комплекс ОРУ (с помощью учителя).Выполняют упражнения с	Выполняют ходьбу.Выполняют комплекс ОРУ.Выполняют упражнения с

			и ловля мяча двумя руками.Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками.Ознакомление с правилами игры.Подвижная игра с прыжками.Подвижная игра с мячом.	мячом (с помощью учителя).Участие в подвижных играх (с помощью учителя).	мячом.Участие в подвижных играх (при необходимости с помощью учителя).
56	«Школа мяча»	1	Бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений.Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками.Подвижная игра с бегом.	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Выполняют построение в круг (с помощью учителя). Выполняют корригирующие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя. Участвуют в игре (с помощью учителя).	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Выполняют построение в круг и комплекс утренней зарядки по показу и инструкции учителя.Выполняют корригирующие упражнения без предметов после показа учителя.Участвуют в подвижной игре после инструкции.
57-59	Перебрасывание мяча друг другу в парах снизу	3	Комплекс ОРУ со средними мячами.Тренировочные упражнения в перебрасывании мяча друг другу в парах.Подвижная игра с мячом.	Выполняют комплекс ОРУ со средними мячами, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы.Участвуют в подвижной игре по показу (с помощью учителя).	Выполняют упражнения по словесной инструкции и показу.Осваивают и используют игровые умения.Участвуют в подвижной игре после показа и инструкции педагога.
60-61	Перебрасывание мяча друг другу из-за головы	2	Комплекс ОРУ.Перебрасывание мяча друг другу из-за головы.Подвижная игра с прыжками.Игра (развитие мелкой моторики рук).	Выполняют комплекс ОРУ ориентируясь на образец. Выполняют игровые задания в перебрасывании мяча друг другу из-за головы.Участвуют в играх по показу (с помощью учителя).	Выполняют комплекс ОРУ по словесной инструкции.Осваивают и используют игровые умения.Участвуют в подвижной игре после показа и инструкции педагога.
62-67	Удары мяча об пол правой, затем левой рукой	6	Комплекс упражнений с малыми мячами.Игровые задания для отработки ударов мяча об пол правой, затем левой рукой. Подвижная игра с	Выполняют комплекс упражнений с малыми мячами, ориентируясь на образец.Выполняют игровые задания в перебрасывании мяча	Выполняют комплекс упражнений с малыми мячами по словесной инструкции.Осваивают и используют

			прыжками.Игра (развитие мелкой моторики рук).	друг другу из-за головы.Участвуют в играх (с помощью учителя).	игровые умения и навыки.Участвуют в играх после показа и инструкции учителя.
68-72	Удары мяча об пол в движении приставным шагом	5	Бег с чередованием с ходьбой.Комплекс ОРУ с набивными мячами.Удары мяча об пол в движении приставным шагом (правое плечо вперед, левое плечо вперед).Подвижная игра.	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Выполняют упражнения по образцу.Выполняют упражнения с мячом по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий.Участвуют в подвижной игре по показу (с помощью учителя).	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя.Участвуют в подвижной игре после показа и инструкции педагога.
73-75	Броски мяча о стену снизу двумя руками	3	Броски мяча о стену снизу двумя руками, в цель.Подвижная игра (с бросками и ловлей мяча).Игра (развитие речи).Упражнения на релаксацию, дыхательные упражнения.	Выполняют упражнения с мячом по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий и операций в последовательности их выполнения, под пооперационным (пошаговым) контролем учителя (при необходимости).Участвуют в играх по показу и (с помощью учителя).Выполняют упражнения (релаксация).	Выполняют упражнения с мячом после инструкции и показа учителя.Участвуют в играх после показа и инструкции учителя.Выполняют упражнения на релаксацию и дыхательные упражнения.
Основы знаний					
76	Правильная осанка	1	Беседа о значении физических упражнений.Строевые упражнения.Подвижная игра (ориентировка в пространстве).	Просматривают видеоматериал по теоретическим вопросам адаптивной физической культуры.Отвечают на вопросы учителя.Выполняют	Просматривают видеоматериал по теоретическим вопросам адаптивной физической культуры.Отвечают на вопросы учителя.Отвечают на вопросы

				упражнения.Участвуют в подвижной игре (с помощью учителя).	учителя.Выполняют упражнения.Участвуют в подвижной игре.
Гимнастика					
77	Упражнения для укрепления мышц спины и живота	1	Строевые упражнения.Комплекс ОРУ со скакалками.Упражнения для укрепления мышц спины и живота.Подвижная игра.	Выполняют строевые упражнения.Выполняют 4-5 упражнений комплекса.Выполняют упражнения для укрепления мышц спины и живота по инструкции и показу учителя.Участвуют в подвижной игре (с помощью учителя).	Воспринимают и запоминают расположение зрительных пространственных опор - ориентиров для выполнения построений и перестроений.Выполняют упражнения для укрепления мышц спины и живота после инструкции и показа учителя.Участвуют в подвижной игре после показа и инструкции педагога.
78	Упражнения для укрепления мышц рук и плечевого пояса	1	Гимнастика для пальцев рук.Комплекс ОРУ со скакалками. Упражнения для укрепления мышц рук и плечевого пояса.Подвижная игра с мячом	Выполняют гимнастику для пальцев рук.Выполняют комплекс упражнений ОРУ, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы.Выполняют упражнения для укрепления мышц рук и плечевого пояса (с помощью учителя).Участвуют в игре (с помощью учителя).	Выполняют гимнастику для пальцев рук.Выполняют комплекс упражнений ОРУ.Выполняют упражнения для укрепления мышц рук и плечевого пояса.Осваивают и используют игровые умения по инструкции взрослого.
79	Упражнения для формирования правильного положения и движений рук, ног, головы, туловища	1	Построение в круг.Комплекс упражнений с обручами.Упражнения для формирования правильного положения и движений рук, ног, головы, туловища.Подвижная игра (ориентировка в пространстве).	Выполняют построение в круг.Выполняют простые команды по сигналу учителя с одновременным показом способа выполнения перестроения.Выполняют комплекс упражнений с обручем ориентируясь на образец	Выполняют построение в круг по указанию учителя. Выполняют перестроение в круг, взявшись за руки.Выполняют комплекс упражнений с обручем и упражнения по инструкции и показа учителя.Выполняют упражнения для формирования правильного положения и движений рук, ног, головы,

				выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы.Выполняют упражнения для формирования правильного положения и движений рук, ног, головы, туловища.Участвуют в подвижной игре, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (с помощью учителя).	туловища.Участвуют в подвижной игре после показа и объяснения учителя
80	Упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев	1	Ходьба со сменой положений рук.Упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев.Приставные шаги в сторону, (ориентирование в пространстве).Подвижная игра (метание).	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы.Выполняют 3-4 упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев.Фиксируют внимание и воспринимают расположениезрительных пространственных опор - ориентиров для выполнения построений и перестроений.Участвуют в подвижной игре по показу (с помощью учителя).	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев по словесной инструкции и показу.Выполняют команды по построению и перестроению по сигналу учителя (при необходимости ориентируются на образец).Осваивают и используют игровые умения по показу и объяснению учителя.
81	Упражнения для расслабления мышц	1	Бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений.Упражнения на дыхание во время ходьбы, бега (проговаривание звуков на выдохе).Подвижная игра (развитие внимания).	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога.Выполняют построение в круг (с помощью учителя). Выполняют упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя. Участвуют в игре по показу (с помощью учителя).	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Выполняют построение в круг и комплекс утренней зарядки по инструкции учителя.Выполняют упражнения после показа учителя.Участвуют в подвижной игре после показа и объяснения учителя.

82	Дыхательные упражнения	1	Бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений.Упражнения на дыхание во время ходьбы, бега (проговаривание звуков на выдохе).Подвижная игра (развитие внимания).	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога.Выполняют построение в круг (с помощью учителя). Выполняют упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя. Участвуют в игре по показу (с помощью учителя).	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Выполняют построение в круг и комплекс утренней зарядки по инструкции учителя.Выполняют дыхательные упражнения после показа учителя.Участвуют в подвижной игре после инструкции педагога.

83	Ползание под дугами на четвереньках	1	Тренировочные упражнения в ползании под дугами на четвереньках (на заданное расстояние в сочетании с ходьбой).Упражнения на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища.Игра (развитие точности движений).	Выполняют ползание под дугами на четвереньках на заданное расстояние в сочетании с ходьбой, ориентируясь на образец выполнения обучающимися 2 группы.Выполняют основные положения и движения рук, ног, головы, туловища.Участвуют в подвижной игре по показу (с помощью учителя).	Выполняют ползание под дугами на четвереньках на заданное расстояние в сочетании с ходьбой после инструкции педагога.Выполняют упражнения на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища.Участвуют в подвижной игре после показа и инструкции педагога.
84	Ползание под дугами правым, левым боком	1	Бег в медленном темпе, чередование ходьбы и бега.Построение в круг.Упражнения для укрепления мышц туловища.Исходное положение для выполнения ползания под препятствием.Дидактическая игра (развитие речи).	Выполняют бег в медленном темпе, чередование ходьбы и бега под контролем учителя.Выполняют 3-4 упражнения для укрепления мышц туловища под контролем педагога и с его помощью.Выполняют ползание под дугами правым, левым боком (с помощью учителя), по возможности самостоятельно.Участвуют в	Выполняют бег в медленном темпе, чередование ходьбы и бега.Выполняют упражнения для укрепления мышц туловища.Выполняют ползание под дугами правым, левым боком (самостоятельно) по образцу.Участвуют в игре после показа и объяснения учителем.

				дидактической игре (с помощью учителя).	
85	Ползание по-пластунски	1	Упражнения в ползании.Комплекс ОРУ на стульчиках.Ползание под дугами правым, левым боком (на заданное расстояние в сочетании с ходьбой).Дидактическая игра (развитие речи).	Осваивают по возможности ползание по-пластунски (с помощью учителя).Выполняют комплекс ОРУ опираясь на образец выполнения обучающимся 2 группы или учителем.Выполняют ползание под дугами правым, левым боком (с помощью учителя).Участвуют в игре, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий и помощь педагога.	Осваивают упражнения в ползании.Выполняют комплекс ОРУ на стульчиках.Повторяют по показу взрослого ползание под дугами правым, левым боком на заданное расстояние в сочетании с ходьбой.Участвуют в игре после объяснения и показа учителем.
86	Ходьба по гимнастической скамейке с высоким подниманием бедра	1	Ходьба в колонне по одному с различными заданиями для рук.Построение в круг.Комплекс утренней гимнастики.Упражнения в равновесии на гимнастической скамейке, удерживая положение правильной осанки.Подвижная игра.	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы.Выполняют 3-4 упражнения комплексной гимнастики.Выполняют упражнения на равновесие после неоднократного показа учителя, в медленном темпе, с помощью педагога.Участвуют в подвижной игре по показу и (с помощью учителя).	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют упражнения утренней гимнастики по словесной инструкции и показу.Выполняют упражнения в равновесии после неоднократного показа учителя.Осваивают и используют игровые умения.
87	Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на 360 градусов	1	Бег в чередовании с ходьбой.Комплекс ОРУ.Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на 360 градусов.Подвижные игры.	Выполняют бег в чередовании с ходьбой под контролем учителя. Выполняют 4-5 упражнений комплекса ОРУ.Выполняют упражнения в равновесии после неоднократного показа учителя, в	Выполняют бег в чередовании с ходьбой.Выполняют упражнения на равновесие.Осваивают и используют игровые умения по образцу.

				медленном темпе (с помощью учителя).Участвуют в подвижных играх (с помощью учителя).	
88	Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием на середине	1	Комплекс ОРУ.Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием на середине.Игра (развитие речи).	Выполняют 4-5 упражнений комплекса ОРУ.Осваивают упражнения в равновесии после инструкции (с помощью учителя).Участвуют в игре после показа и объяснения учителя (с помощью учителя).	Выполняют комплекс упражнений без предметов по образцу.Осваивают упражнения в равновесии после инструкции.Участвуют в игре после показа и объяснения учителем.
Легкая атлетика					
89	Высокий старт	1	Тренировочные упражнения в быстрой ходьбе держась за канат.Разучивание высокого старта.Комплекс ОРУПодвижная игра (развитие ориентировки в пространстве).	Выполняют ходьбу (обучающиеся с трудностями координации ходят, взявшись за руки с учителем).Выполняют 5-6 упражнений комплекса.Начинают бег с высокого старта.Участвуют в подвижной игре (с помощью педагога).	Выполняют ходьбу по указанию учителя.Выполняют комплекс упражнений по показу учителя.Начинают бег с высокого старта.Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя
90	Медленный бег с сохранением правильной осанки	1	Медленный бег.Беговые упражнения.Комплекс ОРУ.Подвижная игра (развитие ориентировки в пространстве).	Удерживают правильное положение тела во время бега (с помощью учителя), при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий).Выполняют по возможности беговые упражнения (с помощью педагога).Выполняют комплекс ОРУ.Участвуют в подвижной игре (с помощью учителя).	Удерживают правильное положение тела во время бега.Выполняют беговые упражнения.Выполняют комплекс ОРУ.Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя.

91	Бег в колонне за учителем в заданном	1	Положение правильной осанки во время выполнения бега.Упражнения для укрепления голеностопных суставов и стоп.Подвижная игра (развитие ориентировки в пространстве).	Удерживают правильное положение тела во время ходьбы и бега.Выполняют упражнения под контролем и с помощью учителя.Участвуют в игре по показу (с помощью учителя).	Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя. Удерживают правильное положение тела во время ходьбы и бега.Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя
92-93	Чередование бега и ходьбы на расстоянии	2	Беговые упражнения.Чередование бега и ходьбы. Техника дыхания во время бега.Комплекс ОРУ (в движении).Подвижная игра (развитие ориентировки в пространстве).	Чередуют бег и ходьбу. Выполняют по возможности беговые упражнения и ОРУ в движении (с помощью учителя).Участвуют в игре (с помощью учителя).	Выполняют беговые упражнения и ОРУ в движении (после инструкции и показа учителя).Чередуют бег и ходьбу.Участвуют в подвижной игре после инструкции и показа учителя.
94	Бег и ходьба в чередовании по сигналу	1	Бег и ходьба в чередовании (по сигналу с постепенным увеличением нагрузки).Комплекс ОРУ (с хлопками).Игры с элементами общеразвивающих упражнений.	Выполняют бег и ходьбу под контролем учителя.Выполняют 3-5 упражнения комплекса ОРУ.Участвуют в подвижной игре по показу (с помощью учителя).	Выполняют бег и ходьбу (по сигналу с постепенным увеличением нагрузки).Выполняют упражнения (самостоятельно).Участвуют в играх после инструкции учителя.
95	Быстрый бег	1	Комплекс ОРУ (с хлопками).Виды бега: на носках, с высоким подниманием бедра и захлестыванием голени, челночный бег.Игра (развитие речи).	Выполняют 3-5 упражнения комплекса ОРУ.Выполняют по возможности бег на короткую дистанцию: старт, финиширование.С помощью педагога осваивают различные виды бега.Участвуют в игре по показу (с помощью учителя).	Выполняют бег на короткую дистанцию: старт, финиширование.Демонстрируют выполнение различных видов бега.Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя
96	Быстрый бег (по команде)	1	Виды бега: на носках, с высоким подниманием бедра и захлестыванием голени, челночный бег.Бег по команде.Комплекс ОРУ (с хлопками).Игра (развитие речи).	Выполняют по возможности различные виды бега под контролем педагога.Выполняют бег по команде за наиболее физически развитым обучающимся из 2 группы, ориентируясь на показ	Демонстрируют различные виды бега.Выполняют бег по команде после инструкций учителя.Выполняют комплекс ОРУ.Участвуют в игре по показу и инструкции учителя.

				учителем.Выполняют 3-5 упражнения комплекса ОРУ.Участвуют в игре по показу и (с помощью учителя)	
97	Бег на короткую дистанцию в парах	1	Бег на короткую дистанцию в парах.Бег по команде.Комплекс ОРУ (в круге).Игра (развитие речи).	Выполняют бег (по команде, в парах) за наиболее физически развитым обучающимся из 2 группы, ориентируясь на его пример.Повторяют комплекс ОРУ в кругу.Участвуют в игре по показу (с помощью учителя).	Участвуют в соревновательной деятельности под контролем педагога.Демонстрируют бег по команде.Закрепляют комплекс ОРУ в кругу (по показу учителя).Принимают участие в игре.
98-99	Метание мяча с места на дальность	2	Комплекс ОРУ (в круге).Метание мяча с места на дальность ведущей, правой, левой рукой.Итоговый контроль физической подготовленности.	Повторяют комплекс ОРУ в кругуИмитируют броски без предмета (с направляющей помощью учителя).Осваивают захват предмета, положение рук и туловища во время метания мяча на дальность ведущей рукой.Выполняют по возможности тестовые задания (с помощью педагога).	Повторяют комплекс ОРУ в кругуИмитируют броски без предмета по показу учителя.Осваивают правильный захват предмета, положение рук и туловища во время метания с места на дальность правой и левой рукой.Демонстрируют уровень развития физической подготовленности.

V. ТЕХНОЛОГИЧЕСКОЕ И МЕТОДИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее ФАООП УО, вариант (1), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. №1026 (http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202212300059) и адресована обучающимся с нарушением интеллекта с учетом реализации особых образовательных потребностей.

Также основой нормативно-правовой базы являются следующие документы:

- Методические рекомендации «Организация образования обучающихся с нарушениями интеллекта с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий», г. Москва, 2026 год;

- АООП, 1 вариант, 2 вариант МКОУ «Ножовская школа-интернат VIII вида», разработанной, 31.08.2023 г.;

-Учебный план МКОУ «Ножовская школа-интернат VIII вида», утвержденный 31.08.2026 года;

-Календарный учебный график на 2026-2027 учебный год, утвержденный приказом от 17.08.2026 ОД-100.

Учебный предмет «Адаптивная физическая культура» относится к предметной области «Физическая культура» и является обязательной частью учебного плана. В соответствии с учебным планом рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 1 классе рассчитана на 34 учебные недели и составляет 99 часов в год (3 часа в неделю).

Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа определяет цель и задачи учебного предмета «Адаптивная физическая культура».

Цель обучения – всестороннее развитие личности обучающихся с нарушением интеллекта в процессе приобщения их к физической культуре, коррекция недостатков психофизического развития, расширение индивидуальных двигательных возможностей, социальной адаптации.

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 1 классе определяет следующие задачи:

– формирование познавательных интересов, сообщение доступных теоретических сведений по физической культуре;

– формирование двигательных умений и навыков;

– развитие двигательных способностей в процессе обучения;

– коррекция нарушений физического развития;

– укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;

– раскрытие возможных избирательных способностей и интересов обучающегося для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;

– формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;

– формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;

– поддержание устойчивой физической работоспособности на достигнутом уровне;

– воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями;

– воспитание нравственных, морально-волевых качеств (настойчивости, смелости), навыков культурного поведения.

II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

Уроки адаптивной физической культурой направлены на формирование у младших школьников с нарушением интеллекта базовых двигательных действий, развитие двигательных способностей и физических качеств, необходимых в повседневной жизни.

На уроках по предмету «Адаптивная физическая культура» учитель широко использует различные методы обучения: словесные (рассказ, беседа, объяснение), наглядные (показ, демонстрация), практические (выполнение упражнения, подвижные игры и др.)

Коррекция недостатков психического и физического развития с учетом возрастных особенностей обучающихся с нарушением интеллекта предусматривает:

− обогащение чувственного опыта;

− коррекцию и развитие сенсомоторной сферы;

− формирование навыков общения, предметно-практической и познавательной деятельности.

Содержание программы отражено в разделах: "Знания о физической культуре" (знания о физической культуре формируются у обучающихся с нарушением интеллекта на занятиях гимнастикой, легкой атлетикой, в процессе подвижных игр), "Гимнастика", "Легкая атлетика", "Игры". Каждый из перечисленных разделов включает некоторые теоретические сведения и материал для практической подготовки обучающихся:

Использование разнообразных средств и методов адаптивной физической культуры служат стимулятором повышения двигательной активности, здоровья и работоспособности, способом удовлетворения потребности в эмоциях, движении, игре, общении, развития познавательных способностей, следовательно, являются фактором гармоничного развития личности, что создает реальные предпосылки социализации.

Таблица 1. Основные разделы учебного предмета «Адаптивная физическая культура»

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов

1	Гимнастика	30
2	Легкая атлетика	36
3	Игры	33
	Итого	99

III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты

• Сформированность адекватных представлений о собственных возможностях:

– умения оценивать совместно с учителем результаты своих действий и действий одноклассников.

• Овладение социально-бытовыми умениями и навыками, используемыми в повседневной жизни:

– умения пользоваться, полученными практическими навыками на уроках адаптивной физкультуры в повседневной жизни.

• Овладение элементарными умениями и навыками коммуникации, принятыми нормами социального взаимодействия в нем:

– умения называть свое имя, фамилию, приветствовать педагогов и одноклассников, прощаться с ними, взаимодействовать на уроках;

• Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей:

– соблюдение правил поведения обучающихся в школе;

– умения слушать и выполнять инструкции учителя в процессе получения результата своей деятельности.

– Принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;

– положительное отношение и проявление интереса к занятиям по адаптивной физической культуре;

– принятие и освоение новой социальной роли ученика, проявление интереса к учебной деятельности.

• Сформированность навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях:

– умения согласованно и продуктивно работать в группах, в процессе подвижных игр.

• Развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей:

– проявление чувств доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи к сверстникам.

• Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, на положительный результат, бережное отношение к материальным и духовным ценностям:

– знания и соблюдение элементарных правил обращения с инвентарём и оборудованием, соблюдение требования техники безопасности на уроках адаптивной физкультуры.

• Формирование самостоятельности:

– владение социально-бытовыми умениями на уроках адаптивной физкультуры и в повседневной жизни.

Уровни достижения

предметных результатов по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» на конец 1 класса

Предметные результаты

минимальный уровень

• имеет элементарные представления о физической культуре как средстве укрепления здоровья человека, физического развития и физической подготовки;

• выполняет комплекс упражнений под руководством учителя;

• соблюдает основные правила поведения на уроках и осознанно их применяет;

• выполняет простые упражнения по словесной инструкции во время строевых команд;

• усваивает правила бережного обращения с инвентарём и оборудованием, соблюдает требования техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях;

• владеет начальными двигательными умениями: бег, прыжки и метание.

достаточный уровень

• владеет базовыми элементами гимнастики, легкой атлетики, подвижных игр;

• владеет элементарными представлениями об основных физических качествах (сила, быстрота, выносливость, координация, гибкость);

• освоил на доступном уровне основные правила поведения и соблюдает правила техники безопасности на уроке;

• выполняет команды учителя по словесной инструкции;

• самостоятельно выполняет комплекс утренней гимнастики;

• выполняет основные двигательные действия в соответствии с заданием учителя: ходьба, бег, прыжки, лазание;

• знает и соблюдает правила использования спортивного инвентаря в основных видах двигательной активности и применять их в практической деятельности;

• держит средний темп в беге;

• выполняет последовательные действия при забеге на короткую дистанцию: старт, финиширование.

Результаты формирования базовых учебных действий:

Личностные учебные действия:

На основе общих представлений и отдельных понятий (знаниевый компонент):

• начинает осознавать себя учеником, заинтересованным посещением школы, обучением, занятиями, членом семьи, одноклассником, другом;

• выделяет на доступном уровне социальное окружение, свое место в нем;

• положительно относится к окружающей действительности, выражает готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию;

• имеет элементарные представления об окружающем мире в единстве его природной и социальной частей;

• проявляет частичную самостоятельность (в том числе, работает по показу, по образцу) в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей;

• начинает понимать личную ответственность за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в ближнем окружении (в школе, в классе);

• проявляет готовность к безопасному и бережному поведению в природе и обществе.

Коммуникативные учебные действия:

Во взаимодействии, организованным по инициативе взрослого или учителя:

• вступает в контакт и работает в коллективе (учитель−ученик, ученик–ученик, ученик–класс, учитель−класс);

• использует принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;

• обращается за помощью и принимает помощь;

• слушает и понимает инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности;

• сотрудничает со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;

• доброжелательно относится, сопереживает, конструктивно взаимодействует с людьми (со сверстниками и взрослыми);

• договаривается и изменяет свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях взаимодействия с окружающими.

Регулятивные учебные действия:

В совместной со взрослым или учителем деятельности:

• соблюдает ритуалы школьного поведения (поднимает руку, встает и выходит из-за парты и т. д.);

• принимает цели и под контролем взрослого включается в деятельность, следует предложенному плану и работает в общем темпе;

• активно участвует в деятельности, осуществляет контроль и оценивает свои действия и действия одноклассников;

• соотносит свои действия и их результаты с заданными образцами, принимает оценку деятельности, оценивает ее с учетом предложенных критериев, корректирует свою деятельность с учетом выявленных недочетов.

Познавательные учебные действия:

В совместной, организованной учителем учебной деятельности:

• выделяет некоторые существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов;

• устанавливает видо-родовые отношения предметов;

• делает простейшие обобщения, сравнивает, классифицирует на наглядном материале;

• пользуется доступными знаками, символами, предметами-заместителями;

• читает; пишет; выполняет арифметические действия в рамках учебной программы;

• наблюдает за предметами и явлениями окружающей действительности;

• работает с несложной по содержанию и структуре информацией (понимает изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу, предъявленные на бумажных электронных носителях).

IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Тема учебного занятия	Кол-во часов	Программное содержание	Дифференциация видов деятельности	
				Минимальный уровень	Достаточный уровень
Легкая атлетика					
1	Чистота одежды и обуви. Подготовка к уроку физической культуры	1	Беседа о содержании занятий и требованиях к их организации. Комплекс упражнений. Построение парами.	Слушают инструктаж и отвечают на вопросы учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Выполняют комплекс упражнений. Строятся парами под контролем учителя.	Слушают инструктаж и отвечают на вопросы учителя, самостоятельно готовятся к уроку физической культуры (одевают и убирают физкультурную форму). Выполняют комплекс упражнений. Строятся парами самостоятельно.
2	Правила поведения на уроках физической культуры. Построение в колонну по одному, равнение в затылок	1	Тренировочные упражнения в быстром переодевании и аккуратном складывании одежды. Построение в колонну. Передвижение в колонне в спортивный зал. Правила поведения на уроках физической культуры. Подвижная игра.	Переодевают и складывают форму с помощью учителя. Выполняют общее построение под контролем учителя. Передвигаются к месту занятий. Слушают объяснение и рассматривают помещение и оборудование спортивного зала (с помощью учителя). Слушают инструктаж и зрительно воспринимают образец поведения на уроках физической культуры (техника безопасности). Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Самостоятельно готовятся к уроку. Выполняют построение в колонну по указанию учителя. Передвигаются в колонне за учителем. Слушают объяснение и рассматривают помещение и оборудование спортивного зала. Слушают инструктаж и зрительно воспринимают образец поведения на уроках физической культуры (техника безопасности). Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).

3	Построение в шеренгу по одному. Ходьба парами по кругу, взявшись за руки	1	Организованное построение в шеренгу по сигналу учителя. Построение и передвижение парами. Подвижная игра.	Выполняют простые виды построений, осваивают на доступном уровне строевые действия в шеренге и колонне (с помощью учителя). Ходят парами по кругу, взявшись за руки под контролем учителя.	Выполняют построения и перестроения в шеренгу, колонну, круг, осваивают строевые действия в шеренге и колонне. Ходят парами по кругу, взявшись за руки; выполняют ходьбу в колонне по одному в обход зала за учителем.
4	Ходьба в медленном и быстром темпе	1	Построения в шеренгу и колонну. Ознакомление с ходьбой в различном темпе. Комплекс утренней гимнастики. Подвижная игра (с бегом).	Выполняют построение в шеренгу и колонну, ориентируясь на образец выполнения обучающимися 2 группы. Осваивают и выполняют ходьбу в умеренном темпе. Выполняют 3-4 упражнения комплекса. Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют построение в шеренгу и колонну. Осваивают и выполняют ходьбу в медленном (умеренном), среднем и быстром темпе с сохранением правильной осанки, в затылок друг другу и осуществление зрительного контроля за дистанцией. Выполняют комплекс утренней гимнастики. Участвуют в подвижной игре (после инструкции учителя).
5	Ходьба по прямой линии на носках и пятках на внутреннем и внешнем своде стопы	1	Игровые задания на построение и перестроения. Ходьба в различном темпе. Разновидности ходьбы. Комплекс утренней гимнастики. Подвижная игра (с прыжками).	Выполняют игровые задания (с помощью учителя). Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют игровые задания. Осваивают и выполняют ходьбу по прямой линии на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы с сохранением равновесия на ограниченной поверхности. Участвуют в подвижной игре (после инструкции учителя).
6	Перебежки группами и по одному 15-20 м	1	Построение в шеренгу.	Выполняют построение в шеренгу (с помощью учителя).	Выполняют построение в шеренгу по сигналу учителя.

			Комплекс общеразвивающих упражнений. Перебежки группами и по одному. Правила техники безопасности во время выполнения упражнений в паре, группе. Подвижная игра (с элементами общеразвивающих упражнений).	Осваивают перебежки по одному, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя. Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют перебежки группами и по одному 15-20 м, соблюдают правила безопасности. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений после показа учителем. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
7	Бег в медленном темпе, чередующийся с ходьбой	1	Построение в шеренгу, в колонну по одному. Бег в медленном темпе, чередование ходьбы и бега. Упражнения на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища. Игра на развитие точности движений.	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений. Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения. Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Выполняют упражнения на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища. Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп, дистанцию во время движения, удерживая правильную осанку во время ходьбы. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
8	Бег с сохранением правильной осанки	1	Беседа о правильной осанке. Бег с сохранением правильной осанки. Общеразвивающие упражнения с малыми мячами. Подвижная игра (с бегом).	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений. Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют основные положения и движения рук, ног, головы, туловища с наименьшим количеством раз.	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Выполняют упражнения на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища. Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп, дистанцию во время движения, удерживая правильную

				Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	осанку во время ходьбы. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
9	Бег в колонне за учителем в заданном направлении	1	Освоение построения и передвижения за учителем в колонне. Построение в круг. Комплекс упражнений с флажками. Подвижная игра (с прыжками).	Выполняют медленный бег за наиболее физически развитым обучающимся из 2 группы, ориентируясь на его пример (образец). Осваивают упражнения с флажками, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют бег в колонне в заданном направлении, сохранение дистанции, равнение в затылок. Выполняют упражнения с флажками по показу учителя. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
10	Прыжки на двух ногах	1	Прыжки на двух ногах. Комплекс упражнений для укрепления мышц ног. Подвижная игра (с элементами лазания).	Выполняют прыжки после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий). Комплекс упражнений для укрепления мышц ног. Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют прыжки (по инструкции и после показа учителя). Комплекс упражнений для укрепления мышц ног по показу учителя. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
11	Прыжки на одной ноге на месте	1	Подвижная игра (с элементами перестроений). Бег в чередовании с ходьбой. Комплекс общеразвивающих упражнений. Различение правой и левой ноги. Подпрыгивание на одной ноге, сохранение равновесия. Подвижная игра (с бросками и ловлей мяча).	Участвуют в подвижной игре. Выполняют бег в чередовании с ходьбой под контролем учителя. Выполняют 4-5 упражнений комплекса. Выполняют прыжки (после инструкции и неоднократного показа учителя). Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Играют в подвижную игру. Выполняют бег в чередовании с ходьбой. Прыгают на одной ноге на месте (по инструкции и после показа учителя). Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).

12	Прыжки с продвижением вперед, назад	1	Общеразвивающие упражнения с малыми мячами. Ориентирование в направлении движений. Подпрыгивания подряд в заданном направлении. Подвижная игра (с метанием).	Выполняют общеразвивающие упражнения наименьшее количество раз. Ориентируются в направлении движений с помощью педагога. Прыгают на двух ногах с продвижением вперед. Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют общеразвивающие упражнения после инструкции и по показу педагога. Выполняют прыжки в заданном направлении, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
13	Прыжки с продвижением вправо, влево	1	Комплекс упражнений с малыми мячами. Ориентирование в пространстве в процессе выполнения прыжков с продвижением в заданном направлении, с сохранением устойчивого равновесия. Подвижная игра (с элементами строевых команд).	Выполняют 4-5 упражнений комплекса. Прыгают на двух ногах с продвижением вправо, влево с помощью педагога. Участвуют в подвижной игре (по показу учителя и инструкции учителя).	Выполняют комплекс упражнений. Прыгают с продвижением вправо, влево, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Играют в подвижную игру (по показу учителя).
14	Прыжки через начерченную линию	1	Бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Беседа о значении утренней зарядки. Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений типа зарядки. Прыжковые упражнения. Подвижная игра на внимание.	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Отвечают на вопросы учителя. Выполняют построение в круг с помощью учителя. Перепрыгивают через начерченную линию, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя)..	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Отвечают на вопросы учителя. Выполняют построение в круг и комплекс утренней зарядки по инструкции учителя. Перепрыгивают через начерченную линию (после инструкции и показа учителя). Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя)..

15	Прыжки через шнур	1	Ходьба в колонне по одному с различными заданиями для рук. Построение в круг. Комплекс утренней гимнастики. Перепрыгивание через шнур, сохраняя устойчивое равновесие. Подвижная игра (с бегом).	Выполняют ходьбу в колонне, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют построение в круг с помощью учителя. Перепрыгивают через шнур после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий). Участвуют в подвижной игре (по показу учителя).	Выполняют ходьбу в колонне по одному с различными заданиями для рук по показу учителя. Выполняют построение в круг и комплекс утренней зарядки по инструкции учителя. Перепрыгивают через шнур после показа учителя. Играют в подвижную игру (по инструкции учителя).
16	Прыжки через набивной мяч	1	Ходьба со сменой положений рук. Комплекс упражнений для развития мышц кистей рук и пальцев. Прыжок через предмет (отталкиваясь одновременно двумя ногами и мягко приземляясь). Подвижная игра (с метанием).	Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют 3-4 упражнения. Перепрыгивают через шнур, начерченную линию. Участвуют в подвижной игре (по показу учителя).	Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют упражнения по словесной инструкции и показу. Перепрыгивают через набивной мяч. Играют в подвижную игру (по инструкции учителя), осваивают и используют игровые умения.
17	Прыжки с ноги на ногу	1	Ходьба с хлопками в ладоши. Комплекс упражнений для развития мышц кистей рук и пальцев. Прыжки с ноги на ногу. Подвижная игра (с прыжками).	Выполняют ходьбу с хлопками, ориентируясь на образец. Выполняют прыжки после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий). Участвуют в подвижной игре (по показу учителя).	Выполняют ходьбу с хлопками (по показу учителя). Перепрыгивают с ноги на ногу. Играют в подвижную игру (по инструкции учителя).

18	Прыжок в длину с места	1	Ходьба со сменой положения рук. Комплекс упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп. Техника выполнения прыжка. Прыжок в длину с места. Подвижная игра (с прыжками).	Выполняют ходьбу со сменой положения рук (под контролем учителя). Прыгают в длину с места, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя. Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя. Выполняют прыжок в длину с места по показу учителя. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
19	Правильный захват различных предметов	1	Обыкновенная ходьба в чередовании с ходьбой по линии, обозначенной на полу, сохраняя равновесие. Комплекс упражнений на осанку. Правильный захват различных предметов. Подвижная игра (с бросанием и ловлей мяча).	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения. Выполняют комплекс упражнений. Выполняют захват и удержание различных предметов для выполнения метания после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий). Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют ходьбу по инструкции учителя. Выполняют комплекс упражнений. Осваивают и удерживают правильный захват различных предметов для выполнения метания одной и двумя руками по показу учителя. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
20-21	Прием и передача мяча в круге	2	Бег в медленном темпе, чередование ходьбы и бега. Построение в круг. Комплекс упражнений для укрепления туловища. Передача и прием мяча в круге. Подвижная игра.	Выполняют бег в медленном темпе под контролем учителя. Принимают и передают мяч в круге, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Участвуют в игре, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий	Выполняют бег в медленном темпе, чередование ходьбы и бега. Выполняют построение в круг (по указанию учителя). Выполняют прием и передачу мяча в круге (после инструкции и показа учителя). Участвуют в игре.

22	Произвольное метание малых мячей	1	Бег по прямой (в шеренге). Комплекс общеразвивающих упражнений. Мяч для метания. Захват и произвольное метание малого мяча. Подвижная игра (с элементами общеразвивающих упражнений).	Выполняют бег под контролем учителя. Выполняют 3-5 упражнений. Выполняют различные виды метания малых мячей после инструкции и неоднократного показа учителя. Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют бег, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Выполняют захват и удержание различных предметов для выполнения метания (по инструкции и показа учителя). Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
23	Произвольное метание больших мячей	1	Ходьба с сохранением правильной осанки. Комплекс общеразвивающих упражнений (осанка). Произвольное метание больших мячей. Подвижная игра (с бегом).	Выполняют ходьбу под контролем учителя. Выполняют упражнения (по инструкции и после показа учителя). Выполняют различные виды метания большого мяча после пооперационного показа и контроля выполнения действий. Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют ходьбу. Выполняют упражнения (по инструкции и после показа учителя). Выполняют различные виды метания большого мяча (по показу учителя). Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
24-25	Броски и ловля волейбольного мяча	2	Ходьба с хлопками. Комплекс упражнений с волейбольным мячом. Подбрасывание мяча на разную высоту, выполнение ловли прямыми руками (падающий мяч на уровне головы). Подвижная игра (с прыжками).	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют 3-4 упражнения с мячом. Бросают и ловят волейбольный мяч по прямому указанию учителя. Участвуют в подвижной игре (по показу учителя).	Выполняют ходьбу по показу учителя. Выполняют упражнения (по инструкции учителя). Бросают и ловят волейбольные мячи (по прямому указанию учителя). Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
26-27	Метание колец на шесты	2	Ходьба со сменой положений рук. Комплекс упражнений для развития мышц кистей рук и пальцев. Размещение «врассыпную». Названия спортивного инвентаря. Исходное	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения комплекса.	Выполняют ходьбу (по прямому указанию учителя). Выполняют комплекс упражнений (по показу учителя).

			положение во время метания, правильное удержание кольца.	Размещаются «врассыпную» (с помощью учителя). Метают кольца на шесты (после инструкции и неоднократного показа учителя).	Выполняют метания колец на шесты (после инструкции и показа учителя).
28-29	Метание большого мяча двумя руками из-за головы	2	Бег по коридорчику. Принятие правильного положения во время метания, выполнение метания большого мяча способом из-за головы. Подвижная игра (с бегом).	Выполняют бег по коридорчику (с помощью учителя). Метают большой мяч двумя руками из-за головы, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).	Выполняют бег. Выполняют метание большого мяча двумя руками из-за головы после инструкции учителя. Участвуют в игре (по инструкции учителя).
30-31	Метание мяча снизу с места в стену	2	Ходьба в колонне по одному с различными заданиями для рук. Выполнение комплекса упражнений для укрепления туловища. Метание мяча снизу с места.	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют 5-6 упражнений комплекса. Метают мяч снизу с места в стену, ориентируясь на образец выполнения учителем.	Выполняют ходьбу по указанию учителя. Выполняют комплекс упражнений. Выполняют метание мяча снизу с места в стену (после инструкции и показа учителя).
Игры					
32	Подвижная игра «Гуси-лебеди»	1	Бег по прямой в шеренге. Комплекс общеразвивающих упражнений. Правила подвижной игры.	Выполняют бег под контролем учителя. Выполняют 3-5 упражнений комплекса. Участвуют в игре (по инструкции и по показу учителя).	Выполняют бег после инструкции, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Выполняют упражнения комплекса. Участвуют игре.

33	Подвижная игра «У медведя во бору»	1	Ходьба со сменой положения рук. Комплекс упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп. Правила подвижной игры.	Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя. Выполняют комплекс упражнений (по показу и с помощью учителя). Участвуют в игре (по инструкции и по показу учителя).	Выполняют ходьбу (по указанию учителя). Выполняют комплекс упражнений. Участвуют в игре.
Гимнастика					
34	Значение физических упражнений для здоровья человека. Строевые действия в шеренге и колонне	1	Беседа о значении физических упражнений. Выполнение строевых действий, ориентирование в пространстве. Подвижная игра.	Просматривают видеоматериал по теоретическим вопросам адаптивной физической культуры. Отвечают на вопросы учителя. Выполняют строевые действия (с помощью учителя). Участвуют в игре (с помощью учителя).	Просматривают видеоматериал по теоретическим вопросам адаптивной физической культуры. Отвечают на вопросы учителя. Воспринимают и запоминают расположение зрительных пространственных опор - ориентиров для выполнения построений и перестроений в строю. Участвуют в игре.
35	Спортивный инвентарь. Гимнастика для пальцев рук	1	Беседа о спортивном инвентаре и оборудовании. Выполнение гимнастики для пальцев рук. Подвижная игра (с мячом).	Слушают объяснение педагога по теме с опорой на наглядность. Выполняют комплекс упражнений ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения с мячом по инструкции и по показу учителя. Принимают участие в игре.	Слушают объяснение педагога по теме с опорой на наглядность. Выполняют комплекс упражнений. Участвуют в игре.
36	Построение в круг	1	Бег в медленном темпе, чередование ходьбы и бега. Построение в круг.	Выполняют бег в медленном темпе под контролем учителя. Принимают и передают мяч в круге, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися	Выполняют бег в медленном темпе, чередование ходьбы и бега. Выполняют построение в круг (по указанию учителя). Выполняют

			Комплекс упражнений для укрепления туловища. Подвижная игра.	2 группы. Выполняют простые команды по сигналу учителя с одновременным показом способа выполнения перестроения. Участвуют в игре (ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий).	передачу мяча в круге (по инструкции и после показа учителя). Выполняют перестроение в круг, взявшись за руки. Играют в игру (после показа учителем).
37	Размыкание на вытянутые руки	1	Ходьба со сменой положений рук. Комплекс упражнений для развития мышц кистей рук и пальцев. Выполнение приставных шагов в сторону, ориентирование в пространстве. Подвижная игра с метанием.	Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют 3-4 упражнения. Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор - ориентиров для выполнения построений и перестроений. Участвуют в подвижной игре (по показу учителя).	Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют упражнения по словесной инструкции и показу. Выполняют команды по построению и перестроению по сигналу учителя (при необходимости ориентируются на образец). Осваивают и используют игровые умения.
38	Выполнение строевых команд по показу учителя	1	Закрепление основной стойки. Основные строевые команды. Бег по прямой в шеренге. Комплекс общеразвивающих упражнений. Игры (с элементами общеразвивающих упражнений).	Выполняют простые виды построений, осваивают на доступном уровне строевые действия в шеренге и колонне (с помощью учителя). Выполняют бег под контролем учителя. Выполняют 3-5 упражнений. Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют команды по построению и перестроению по сигналу учителя (при необходимости ориентируются на образец). Выполняют бег после инструкции, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Выполняют комплекс упражнений. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
39	Повороты «направо», «налево», по показу учителя и по команде	1	Построение в шеренгу, колонну. Выполнение поворота в шеренге. Ходьба в различном темпе.	Выполняют построение в шеренгу и колонну, ориентируясь на образец выполнения обучающимися 2 группы. Осваивают и выполняют ходьбу в различном темпе.	Выполняют построение в шеренгу и колонну. Осваивают и выполняют ходьбу в медленном (умеренном), среднем и быстром темпе с сохранением правильной осанки, в

			Комплекс утренней гимнастики. Подвижная игра (с бегом).	Выполняют 3-4 упражнения комплекса. Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	затылок друг другу и осуществление зрительного контроля за дистанцией. Выполняют комплекс утренней гимнастики. Играют в подвижную игру (по инструкции и показа учителя).
40	Основные положения и движения рук, ног, туловища, головы	1	Выполнение построений в шеренгу, в колонну по одному. Бег в медленном темпе, чередование ходьбы и бега. Комплекс упражнений на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища. Подвижная игра (развитие точности движений).	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений. Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют комплекс упражнений. Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Выполняют упражнения. Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп, дистанцию во время движения, удерживая правильную осанку во время ходьбы. Участвуют в подвижной игре (по инструкции).
41	Упражнения на дыхание во время ходьбы, бега	1	Бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Построение в круг. Комплекс общеразвивающих упражнений. Тренировочные упражнения на дыхание во время ходьбы, бега. Подвижная игра (развитие внимания).	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному (под контролем педагога). Выполняют построение в круг (с помощью учителя). Выполняют упражнения (после неоднократного показа учителя). Участвуют в игре.	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Выполняют построение в круг Выполняют упражнения после показа учителя. Участвуют в игре.

42	Упражнения на формирование правильной осанки	1	Ходьба по линии, обозначенной на полу, сохраняя равновесие. Комплекс упражнений (у вертикальной плоскости для формирования правильной осанки). Подвижная игра (с бросанием и ловлей мяча).	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения. Выполняют упражнения на формирование правильной осанки, ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы). Бросают и ловят волейбольные мячи по прямому указанию учителя.	Выполняют ходьбу (по инструкции учителя). Выполняют комплекс упражнений. Принимают участие в подвижной игре.
43	Упражнения на укрепление мышц туловища	1	Ходьба в колонне по одному (с различными заданиями для рук). Комплекс упражнений на укрепление мышц туловища. Подвижная игра (с прыжками).	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения на укрепление мышц туловища (по инструкции учителя). Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).	Выполняют ходьбу по указанию учителя. Выполняют упражнения на укрепление мышц туловища, ориентируясь на образец выполнения учителем. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
44-45	Упражнения для пространственно-временной дифференцировки и точности движений	2	Построения в шеренгу и колонну. Ходьба по ориентирам, начерченным на полу. Прыжок в длину с места толчком двух ног (в начерченный ориентир). Подвижная игра (с метанием).	Выполняют построения (с помощью учителя). Выполняют ходьбу по начерченным на полу ориентирам (после показа учителем). Прыгают с места толчком двух ног. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).	Выполняют построения (по инструкции учителя). Выполняют ходьбу по начерченным на полу ориентирам (после показа учителем). Прыгают с места толчком двух ног (в начерченный ориентир). Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
46	Упражнения с гимнастической палкой	1	Выполнение построений в шеренгу и колонну.	Выполняют построения (с помощью учителя).	Выполняют построения (по инструкции учителя).

			Бег в чередовании с ходьбой. Выполнение комплекса упражнений с гимнастической палкой. Подвижная игра (с бросками и ловлей мяча).	Чередуют бег с ходьбой. Выполняют упражнения с предметом, ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы). Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).	Чередуют бег с ходьбой. Выполняют упражнения с предметом, ориентируясь на образец выполнения учителем. Участвуют в подвижной игре. Осваивают и используют игровые умения
47	Упражнения с обручем	1	Ходьба с хлопками в ладоши. Комплекс упражнений с обручем. Прыжки с ноги на ногу. Подвижная игра (с прыжками).	Выполняют ходьбу с хлопками, ориентируясь на образец. Выполняют упражнения с предметом по прямому указанию учителя. Выполняют прыжки после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий). Участвуют в подвижной игре (по показу учителя).	Выполняют ходьбу с хлопками по показу. Выполняют упражнения с предметом, ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют прыжки с ноги на ногу. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
48	Упражнения с малым мячом	1	Ходьба со сменой положений рук. Повторение размещения «врассыпную». Выполнение перекладывания, перебрасывания, подбрасывания, разбрасывания и сбора мячей, броска в пол, стену, вверх.	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Размещаются «врассыпную» (с помощью учителя). Выполняют разнообразные упражнения с малыми мячами (по показу и с помощью учителя).	Выполняют ходьбу. Размещаются «врассыпную». Выполняют упражнения с малыми мячами (после показа учителем).

49	Упражнения с большим мячом	1	Ходьба в колонне по одному со сменой положений рук. Выполнение комплекса упражнений для укрепления туловища. Выполнение поднимания, перекатывания, подбрасывания большого мяча.	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют комплекс упражнений по показу учителя. Выполняют разнообразные упражнения с большим мячом (по показу и с помощью учителя).	Выполняют ходьбу по указанию учителя. Выполняют комплекс упражнений по показу учителя. Выполняют упражнения с большим мячом, ориентируясь на образец выполнения учителем.
50-51	Лазание вверх, вниз по гимнастической стенке (не пропуская реек)	2	Игровые задания на построение и перестроение. Ходьба в различном темпе. Комплекс упражнений утренней гимнастики. Захват рейки руками и правильная постановка стопы на гимнастическую стенку. Подвижная игра (с прыжками).	Выполняют задания на построение и перестроение (с помощью учителя). Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют лазанье (с помощью учителя, по возможности самостоятельно). Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют игровые задания. Осваивают и выполняют ходьбу по прямой линии на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы с сохранением равновесия на ограниченной поверхности. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения. Участвуют в подвижной игре.
52-53	Ползание на четвереньках в медленном темпе по горизонтальной скамейке	2	Обыкновенная ходьба в чередовании с ходьбой по линии, обозначенной на полу, сохраняя равновесие. Комплекс упражнений на осанку. Упор на коленях и на четвереньках. Подвижная игра (с бросанием и ловлей мяча).	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения. Выполняют ползание по гимнастический скамейке на четвереньках (с помощью учителя). Бросают и ловят волейбольные мячи.	Выполняют ходьбу по инструкции учителя. Выполняют ползание на четвереньках в медленном темпе по горизонтальной скамейке (самостоятельно) Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).

54-55	Подлезание под препятствием высотой 40-50 см	2	Бег в медленном темпе, чередование ходьбы и бега. Построение в круг. Комплекс упражнений для укрепления туловища. Повторение правильного исходного положения для выполнения подлезания под препятствием. Подвижная игра.	Выполняют бег в медленном темпе под контролем учителя. Принимают и передают мяч в круге, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения комплекса. Выполняют подлезание под препятствием высотой 40-50 см (с помощью учителя, по возможности самостоятельно). Участвуют в подвижной игре (с помощью учителя).	Выполняют бег в медленном темпе, чередование ходьбы и бега. Выполняют построение в круг по указанию учителя. Принимают и передают мяч в круге. Выполняют подлезание под препятствием высотой 40-50 см (самостоятельно). Участвуют в игре (после показа учителем).
56	Перелезание через препятствие высотой 40-50 см	1	Ходьба со сменой положения рук. Комплекс упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп. Перелезание через препятствие опираясь на предплечья и колени, на животе. Подвижная игра (с прыжками).	Выполняют ходьбу со сменой положения рук (под контролем учителя). Выполняют комплекс упражнений. Выполняют перелезание через препятствие высотой 40-50 см (с помощью учителя, по возможности самостоятельно). Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя. Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя. Выполняют перелезание через препятствие высотой 40-50 см. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
57	Пролезание через гимнастический обруч	1	Ходьба с хлопками в ладоши. Комплекс упражнений с обручем. Подвижная игра (с прыжками).	Выполняют ходьбу с хлопками, ориентируясь на образец. Выполняют упражнения с обручем (с помощью учителя). Участвуют в подвижной игре (по показу учителя).	Выполняют ходьбу с хлопками по показу. Выполняют упражнения для развития точности движений, ориентируясь на образец выполнения учителем. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
58-59	Ходьба по линии на носках, на пятках с	2	Подвижная игра (с элементами перестроений).	Участвуют в подвижной игре.	Участвуют в подвижной игре.

	различными положениями рук		Ходьба по линии на носках, на пятках с различными положениями рук. Бег в чередовании с ходьбой. Комплекс общеразвивающих упражнений. Подвижная игра (с бросками и ловлей мяча).	Выполняют ходьбу, бег в чередовании с ходьбой (под контролем учителя). Выполняют 4-5 упражнений комплекса. Участвуют в подвижной игре (по показу учителя).	Выполняют ходьбу, бег в чередовании с ходьбой. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Участвуют в подвижной игре.
60-61	Ходьба по гимнастической скамейке прямо, боком с различными положениями рук	2	Ходьба в колонне по одному (с различными заданиями для рук). Построение в круг. Выполнение комплекса упражнений утренней гимнастики. Выполнение приставного шага в сторону на гимнастической скамейке, передвижение прямо, сохраняя равновесие и удерживая положение правильной осанки. Подвижная игра (с бегом).	Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют построение в круг, 3-4 упражнения утренней гимнастики. Выполняют упражнения в равновесии после неоднократного показа учителя, в медленном темпе (с помощью учителя). Участвуют в подвижной игре (по показу учителя).	Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют упражнения по словесной инструкции и показу. Выполняют упражнения в равновесии после неоднократного показа учителя. Осваивают и используют игровые умения.
62-63	Стойка на одной ноге	1	Построения в шеренгу, в колонну по одному. Бег в медленном темпе, чередование ходьбы и бега. Комплекс упражнений (на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища). Подвижная игра (на развитие точности движений).	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений. Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют основные положения и движения рук, ног, головы, туловища с наименьшим количеством раз.	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп, дистанцию во время движения, удерживая правильную осанку во время ходьбы. Выполняют упражнения на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища. Выполняют упражнения на равновесие (по показу учителя).

				Выполняют упражнения на равновесие (с помощью учителя). Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Участвуют в подвижной игре.
Игры					
64	Правила поведения на уроке	1	Беседа о правилах поведения. Выполнение строевых действий, ориентирование в пространстве. Подвижная игра.	Слушают теоретический материал по правилам игр и поведении во время игр с опорой на наглядность. Выполняют построение в шеренгу и колонну, ориентируясь на образец выполнения обучающимися 2 группы. Осваивают и выполняют ходьбу в умеренном темпе. Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Слушают теоретический материал по правилам поведения игр с опорой на наглядность. Воспринимают и запоминают расположение зрительных пространственных опор - ориентиров для выполнения построений и перестроений. Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).
65	Правила утренней гигиены и их значение для жизни человека	1	Беседа о правилах личной гигиены. Бег с сохранением правильной осанки. Комплекс общеразвивающих упражнений с малыми мячами. Подвижная игра (с бегом).	Слушают, и отвечают на вопросы учителя. Удерживают правильное положение тела во время бега (с помощью учителя, при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль действий). Выполняют общеразвивающие упражнения с малыми мячами (3-4 упражнения). Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Слушают и принимают участие в беседе. Удерживают правильное положение тела во время бега. Выполняют общеразвивающие упражнения с малыми мячами. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
66	Подвижная игра «Канатоходец»	1	Ходьба со сменой положений рук. Повторение размещения «врассыпную».	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы.	Выполняют ходьбу по указанию учителя. Размещаются «врассыпную».

			Удержание равновесия при движении, правильное передвижение по канату.	Размещаются «врассыпную» (с помощью учителя). Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя).	Участвуют в различных видах игр (после инструкции и показа учителя).
67	Подвижная игра «Переправа»	1	Выполнение построений в шеренгу и колонну. Ходьба по ориентирам, начерченным на полу. Передвижение прыжками на двух ногах (на скорость). Подвижная игра.	Выполняют построения и перестроения (с помощью учителя). Выполнение ходьбы (по показу учителя). Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).	Выполняют построения и перестроения. Выполнение ходьбы (по показу учителя). Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
68	Подвижная игра «Разойдись не упади»	1	Бег по прямой в шеренге. Комплекс общеразвивающих упражнений. Подвижная игра.	Выполняют бег под контролем учителя. Выполняют 3-5 упражнений комплекса. Участвуют в игре по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя).	Выполняют бег после инструкции, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Выполняют упражнения комплекса. Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя.
69	Подвижная игра «Стоп»	1	Бег по прямой в шеренге. Комплекс общеразвивающих упражнений. Быстрое реагирование на сигнал, взаимодействие с одноклассниками, свободное ориентирование в пространстве.	Выполняют бег (под контролем учителя). Выполняют 3-5 упражнений комплекса. Выполняют упражнения с мячом (по инструкции и по показу учителя).	Выполняют бег. Выполняют комплекс упражнений (по показу учителя). Выполняют упражнения с мячом (по инструкции и по показу учителя).

70	Подвижная игра «Ловушки»	1	Ходьба с хлопками. Комплекс упражнений с волейбольным мячом. Подвижная игра (взаимодействие в команде).	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют 3-4 упражнения с мячом. Участвуют в подвижной игре (по показу учителя).	Выполняют ходьбу по показу учителя. Выполняют упражнения по инструкции учителя. Участвуют в подвижной игре (по показу учителя).
71	Подвижная игра «Перемени предмет»	1	Бег в чередовании с ходьбой (в колонне по одному). Беседа о значении утренней зарядки. Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений. Подвижная игра (на внимание).	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному (под контролем педагога). Участвуют в беседе, отвечают на вопросы. Выполняют построение в круг и общеразвивающие упражнения (с помощью учителя). Участвуют в игре по инструкции.	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному (под контролем педагога). Участвуют в беседе, отвечают на вопросы. Выполняют построение в круг и общеразвивающие упражнения. Участвуют в игре по инструкции.
72	Подвижная игра «Жмурки»	1	Ходьба со сменой положений рук. Комплекс упражнений для развития мышц кистей рук и пальцев. Приставные шаги в сторону, ориентирование в пространстве. Подвижная игра (ориентирование в пространстве).	Выполняют ходьбу со сменой положения рук (под контролем учителя). Выполняют комплекс упражнений. Демонстрируют приставные шаги (по показу и с помощью учителя). Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют ходьбу со сменой положения рук (по показу учителя). Выполняют упражнения (по инструкции и показу учителя). Выполняют приставные шаги. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
73	Подвижная игра «Горелки»	1	Ходьба со сменой положений рук. Повторение размещения «врассыпную». Подвижная игра (с бегом).	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Размещаются «врассыпную» (с помощью учителя).	Выполняют ходьбу со сменой положений рук. Размещаются «врассыпную». Участвуют в игре (по инструкции и по показу учителя).

				Участвуют в игре (по инструкции и по показу учителя).	
74	Подвижная игра «Два мороза»	1	Выполнение построений в шеренгу и колонну. Ходьба по ориентирам, начерченным на полу. Подвижная игра	Выполняют построения и перестроения (с помощью учителя). Демонстрируют ходьбу по ориентирам (самостоятельно, при необходимости с помощью учителя) Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).	Выполняют построения и перестроения (по инструкции учителя). Демонстрируют ходьбу по ориентирам (самостоятельно). Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
75	Подвижная игра «Краски»	1	Ходьба со сменой положений рук. Комплекс упражнений для развития мышц кистей рук и пальцев. Подвижная игра.	Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют 3-4 упражнения комплекса. Участвуют в подвижной игре (по показу учителя).	Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют упражнения (по словесной инструкции и показу). Участвуют в подвижной игре (по показу учителя).
76	Подвижная игра «Хитрая лиса»	1	Бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений. Подвижная игра.	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Выполняют построение в круг (с помощью учителя). Выполняют упражнения (после неоднократного показа по прямому указанию учителя). Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Выполняют построение в круг и комплекс упражнений (по инструкции учителя). Выполняют упражнения (после показа учителя). Играют в подвижную игру (после инструкции).
77	Подвижная игра «Коршун и наседка»	1	Выполнение обыкновенной ходьбы в чередовании с ходьбой по линии,	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения.	Выполняют ходьбу (по инструкции учителя). Выполняют упражнения (по словесной инструкции и показу).

			обозначенной на полу, сохраняя равновесие. Комплекс упражнений на осанку. Подвижная игра.	Выполняют 3-4 упражнения комплекса. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).	Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
78	Подвижная игра «Перемена мест»	1	Ходьба со сменой положений рук. Комплекс упражнений для развития мышц кистей рук и пальцев Выполнение приставных шагов в сторону, ориентирование в пространстве. Подвижная игра (на ориентирование в пространстве).	Выполняют ходьбу со сменой положения рук (под контролем учителя). Выполняют комплекс упражнений (по инструкции и показу учителя). Демонстрируют приставные шаги (с помощью учителя). Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют ходьбу со сменой положения рук (по показу учителя). Выполняют комплекс упражнений (по инструкции и показу учителя). Демонстрируют приставные шаги. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
79	Подвижная игра «Не оставайся на полу»	1	Бег по залу врассыпную, запрыгивание на кубы, скамейки без помощи рук, спрыгивание с них легко на носки, полусогнутые ноги, выполнение действий по сигналу.	Демонстрируют выполнение заданий (с помощью учителя, под его контролем). Выполняют действия по сигналу (с помощью учителя).	Демонстрируют выполнение заданий (под контролем учителя). Выполняют действия по сигналу.
80	Подвижная игра «Стой»	1	Подвижные игры. Комплекс упражнений в бросках и ловле волейбольного мяча, после броска товарища.	Участвуют в различных видах игр (по инструкции и по показу учителя). Выполняют комплекс упражнений (с помощью учителя).	Участвуют в различных видах игр (по инструкции и по показу учителя). Выполняют комплекс упражнений.
81	Подвижная игра «Совушка»	1	Ходьба со сменой положений рук. Повторение упражнений для развития мышц кистей рук и пальцев. Подвижная игра.	Выполняют ходьбу со сменой положения рук (под контролем учителя). Выполнение комплекса упражнений (с помощью учителя).	Выполняют ходьбу со сменой положения рук (по показу учителя). Выполняют упражнения. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).

				Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	
82	Подвижная игра «Фигуры»	1	Ходьба со сменой положений рук. Повторение размещения «врассыпную». Подвижная игра.	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Размещаются «врассыпную» с помощью учителя. Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют ходьбу по указанию учителя. Размещаются «врассыпную». Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
83	Подвижная игра «Проползи не урони»	1	Обыкновенная ходьба в чередовании с ходьбой по линии, обозначенной на полу, сохраняя равновесие. Ползание по скамейке. Подвижная игра.	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения. Выполняют ползание по гимнастический скамейке на четвереньках (с помощью учителя). Участвуют в подвижной игре (с помощью учителя).	Выполняют ходьбу (по инструкции учителя). Выполняют ползание по гимнастический скамейке на четвереньках (с помощью учителя). Участвуют в подвижной игре.
84	Подвижная игра «Крокодил»	1	Ходьба со сменой положений рук. Комплекс упражнений для развития мышц кистей рук и пальцев. Приставные шаги в сторону, ориентирование в пространстве. Подвижная игра (взаимодействие в коллективе).	Выполняют ходьбу со сменой положения рук (под контролем учителя). Выполняют комплекс упражнений. Демонстрируют приставные шаги (с помощью учителя). Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют ходьбу со сменой положения рук (по показу учителя). Выполняют комплекс упражнений. Демонстрируют приставные шаги. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
85	Подвижная игра «Перелет птиц»	1	Ходьба со сменой положений рук. Построение в круг.	Выполняют ходьбу со сменой положения рук (под контролем учителя).	Выполняют ходьбу со сменой положения рук (по показу учителя).

			Комплекс общеразвивающих упражнений. Подвижная игра (взаимодействие в коллективе).	Выполняют построение в круг. Выполняют 3-4 упражнения комплекса (по показу и инструкции учителя). Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют построение в круг. Выполняют упражнения комплекса (по инструкции учителя). Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
86	Подвижная игра «Охотники и зайцы»	1	Бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Построение в круг. Комплекс общеразвивающих упражнений. Выполнение метания (в подвижную цель). Перелезание (перепрыгивание) через препятствие.	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному (под контролем педагога). Выполняют построение в круг. Выполняют 3-4 упражнения комплекса (по показу и инструкции учителя). Выполняют физические упражнения в процессе подвижной игры (с помощью учителя).	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Выполняют построение в круг. Выполняют упражнения (по инструкции и показу учителя). Выполняют физические упражнения в процессе подвижной игры.
87	Подвижная игра «Волк во рву»	1	Бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Построение в круг. Комплекс общеразвивающих упражнений. Выполнение действий согласно правилам игры, Перепрыгивание через препятствие.	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному (под контролем педагога). Выполняют построение в круг. Выполняют 3-4 упражнения комплекса (по показу и инструкции учителя). Выполняют физические упражнения в процессе подвижной игры (с помощью учителя).	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Выполняют построение в круг. Выполняют упражнения комплекса (по инструкции учителя). Выполняют физические упражнения в процессе подвижной игры.
88	Подвижная игра «Кто самый меткий»	1	Бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Построение в круг.	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному (под контролем педагога).	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному.

			Комплекс общеразвивающих упражнений. Подвижная игра.	Выполняют построение в круг. Выполняют 3-4 упражнения комплекса (по показу и инструкции учителя). Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют построение в круг. Выполняют упражнения комплекса (по инструкции учителя). Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
89	Подвижная игра «Лягушка и цапля»	1	Ходьба со сменой положений рук. Построение в круг. Комплекс общеразвивающих упражнений. Подвижная игра.	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют построение в круг. Выполняют 3-4 упражнения комплекса (по показу и инструкции учителя). Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют ходьбу. Выполняют построение в круг. Выполняют упражнения комплекса (по инструкции учителя). Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
90-91	Подвижная игра «Кто дальше бросит»	2	Ходьба со сменой положений рук. Построение в круг. Выполнение комплекса упражнений утренней гимнастики. Удержание предмета, бросание предмета вдаль правой и левой рукой, двумя руками.	Выполняют ходьбу в колонне, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют построение (в круг с помощью учителя). Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя.	Выполняют ходьбу в колонне по одному с различными заданиями для рук (по показу учителя). Выполняют построение в круг. Выполняют комплекс утренней зарядки (по инструкции учителя). Участвуют в различных видах игр.
92-93	Подвижная игра «Через ручей»	2	Бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Беседа о значении утренней зарядки.	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному (под контролем педагога).	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Отвечают на вопросы учителя.

			Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений. Подвижная игра.	Отвечают на вопросы учителя. Выполняют построение в круг (с помощью учителя). Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют построение в круг и комплекс утренней зарядки (по инструкции учителя). Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).
94	Подвижная игра «Пингвины»	1	Бег по прямой в шеренге. Комплекс общеразвивающих упражнений. Прыжки до зрительного ориентира на двух ногах с мячом, зажатым между колен, стараясь не потерять мяч, приземляясь на обе ноги.	Демонстрируют бег по прямой. Выполняют упражнения комплекса (с помощью и под контролем учителя). Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Демонстрируют бег по прямой. Выполняют упражнения после инструкции и показа учителя. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
Легкая атлетика					
95	Ходьба в колонне по одному по кругу. Ходьба с различным положением рук	1	Ходьба с сохранением правильной осанки, в затылок друг другу и осуществление зрительного контроля за дистанцией. Ходьба с различным положением рук.	Выполняют ходьбу в колонне по одному по кругу зала, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы.	Выполняют ходьбу в колонне по одному в обход зала.
96	Бег правым, левым боком вперед	1	Ходьба со сменой положения рук. Бег правым, левым боком. Сохранение положения правильной осанки во время выполнения бега. Комплекс упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп. Подвижная игра (с прыжками).	Выполняют ходьбу со сменой положения рук (под контролем учителя). Выполняют бег ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения комплекса (с помощью и под контролем учителя). Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют ходьбу со сменой положения рук (по показу учителя). Выполняют бег правым, левым боком. Удерживают правильное положение тела во время ходьбы и бега Выполняют упражнения комплекса.

					Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
97	Прыжок вверх (толчок двумя ногами)	1	Освоение прыжков вверх. Комплекс упражнений для укрепления мышц ног. Подвижная игра (с элементами лазания).	Выполняют прыжки (после инструкции и неоднократного показа учителя). Подпрыгивают вверх, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения для укрепления мышц ног. Участвуют в подвижной игре.	Выполняют прыжки (по инструкции и после показа учителя). Выполняют комплекс упражнений для укрепления мышц ног (по показу учителя). Участвуют в подвижной игре.
98	Прыжок с гимнастической скамейки	1	Освоение мягкого приземления после прыжка. Комплекс упражнений для укрепления мышц ног. Подвижная игра (с метанием).	Выполняют прыжки с гимнастической скамейки, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения для укрепления мышц ног. Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют прыжки после инструкции и показа учителя; удерживают правильное положение тела в процессе выполнения прыжков. Выполняют упражнения для укрепления мышц ног. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
99	Метание малого мяча (с места в цель)	1	Бег по прямой в шеренге. Комплекс общеразвивающих упражнений. Произвольное метание малого мяча. Игры (с элементами общеразвивающих упражнений).	Выполняют бег под контролем учителя. Выполняют 3-5 упражнений комплекса. Выполняют различные виды метания малых мячей (после инструкции и неоднократного показа учителя). Участвуют в подвижных играх (по показу и инструкции учителя).	Выполняют бег. Выполняют упражнения комплекса. Выполняют захват и удержание мяча для выполнения метания (по инструкции и после показа учителя). Участвуют в подвижных играх (по инструкции учителя).

V. ТЕХНОЛОГИЧЕСКОЕ И МЕТОДИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

Урок 1

<table>
<tr><td>Предмет</td><td colspan="3">Адаптивная физическая культура</td></tr>
<tr><td>Класс</td><td colspan="3">1</td></tr>
<tr><td>Материально-техническое обеспечение</td><td colspan="3">Фишки, конусы, музыка для физкультминутки</td></tr>
<tr><td>Тип урока</td><td colspan="3">Урок открытия новых знаний</td></tr>
<tr><td>Тема</td><td colspan="3">Чистота одежды и обуви. Подготовка к уроку физической культуры</td></tr>
<tr><td>Цель</td><td colspan="3">Формирование представлений о предме-те «физическая культура»</td></tr>
<tr><td>Задачи</td><td colspan="3">Коррекционно- образовательные: ознакомить с основными требованиями к уроку по адаптивной физической культуре, ознакомить с построением парами, разучить комплекс физкультминутки.Коррекционно- развивающие: развивать координацию движенийКоррекционно-воспитательные: учить самостоятельности</td></tr>
<tr><td rowspan="3">Этапы урока</td><td colspan="3">Содержание деятельности</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Деятельность учителя</td><td colspan="2">Деятельность обучающихся</td></tr>
<tr><td>Минимальный уровень</td><td>Достаточный уровень</td></tr>
<tr><td>1. Организационный этап</td><td>Приветствие.Ознакомление с построением парами</td><td colspan="2">Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя</td></tr>
</table>

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Присаживает на гимнастическую скамейку.Беседа о содержании занятий и требованиях к их организации	Присаживаются на гимнастическую скамейку. Слушают инструктаж и отвечают односложно на вопросы учителя	Самостоятельно находят себе место на скамейке.Слушают инструктаж и отвечают на вопросы учителя
3. Открытие новых знаний	Построение по ориентирам	Строятся с помощью педагога	Самостоятельно находят свободное место
4. Первичное закрепление материала	Выполнение комплекса физкультминутки под музыкальное сопровождение	Выполняют упражнения комплекса (по возможностям)	Выполняют упражнения комплекса
5. Включение в систему знаний и повторение	Построение и ходьба парами, взявшись за руки	Выполняют построение и ходьбу парами(с помощью учителя)	Выполняют построение и ходьбу парами
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 2

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, музыка для физкультминутки
Тип урока	Урок открытия новых знаний

Тема	Правила поведения на уроках физической культуры. Построение в колонну по одному, равнение в затылок		
Цель	Формирование представлений о правилах передвижения в спортивном зале		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить построение в колонну по одному и закрепить ходьбу парами по кругу, взявшись за руки, повторить комплекс физкультминутки, разучивание подвижной игрыКоррекционно- развивающие: развивать пространственно- временную дифференцировкуКоррекционно- воспитательные: учить самостоятельности, умению работать в паре		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие.Передвижение парами в спортивный зал	Приветствуют учителя.Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму.Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Ознакомление с правилами поведения на уроках физической культуры.Ознакомление с построением в колонну	Присаживаются на гимнастическую скамейку. Слушают инструктаж и зрительно воспринимают образец поведения на уроках физической культуры (техника безопасности).Выполняют общее построение под контролем учителя	Самостоятельно находят себе место на скамейке. Слушают инструктаж и зрительно воспринимают образец поведения на уроках физической культуры (техника безопасности).Выполняют построение в колонну по указанию учителя
3. Открытие новых знаний	Выполнение ходьбы в колонне по одному	Строятся с помощью педагога	Самостоятельно находят свободное место

4. Первичное закрепление материала	Выполнение комплекса физкультминутки под музыкальное сопровождение	Выполняют упражнения комплекса (по возможностям)	Выполняют упражнения комплекса
5. Включение в систему знаний и повторение	Разучивание подвижной игры с элементами общеразвивающих упражнений	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру по инструкции учителя
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 3

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, музыка для физкультминутки
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Построение в шеренгу по одному. Ходьба парами по кругу, взявшись за руки
Цель	Формирование представлений о способах передвижения в спортивном зале
Задачи	Коррекционно- образовательные: познакомить с построением в шеренгу, повторить построение и передвижение в колонне по одному, повторить комплекс ОРУ.Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений.Коррекционно- воспитательные: учить самостоятельности, умению работать в паре

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие.Построение парами.Передвижение в спортивный зал	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Построение в шеренгу и перестроение в колонну	Выполняют простые виды построений, осваивают на доступном уровне строевые действия в шеренге и колонне (с помощью учителя)	Выполняют построения и перестроения в шеренгу, колонну, осваивают строевые действия в шеренге и колонне
3. Открытие новых знаний	Выполнение ходьбы в колонне по одному	Строятся с помощью педагога	Самостоятельно находят свободное место
4. Первичное закрепление материала	Выполнение комплекса ОРУ под музыкальное сопровождение	Выполняют упражнения комплекса (по возможностям)	Выполняют упражнения комплекса
5. Включение в систему знаний и повторение	Закрепление подвижной игры с элементами общеразвивающих упражнений	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру по инструкции учителя
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 4

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	1		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Ходьба в медленном и быстром темпе		
Цель	**Освоение техники ходьбы в разном темпе**		
Задачи	Коррекционно- образовательные: ознакомить с техникой ходьбы в различном темпе, разучить комплекс утренней гимнастики, подвижную игру с бегомКоррекционно- развивающие: развить чувство ритма, ловкость, координационные способности, умение согласовывать движенияКоррекционно-воспитательные: формировать умения обучающихся взаимодействовать со сверстниками в игровой деятельности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Построение парами. Передвижение парами в спортивный зал	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация	Построение в колонну и перестроение в шеренгу	Выполняют построение в шеренгу и колонну,	Выполняют построение в шеренгу и колонну

к учебной деятельности		ориентируясь на образец выполнения обучающимися 2 группы	
3. Открытие новых знаний	Выполнение ходьбы в различном темпе	Осваивают и выполняют ходьбу в умеренном темпе	Осваивают и выполняют ходьбу в медленном (умеренном), среднем и быстром темпе с сохранением правильной осанки, в затылок друг другу и осуществление зрительного контроля за дистанцией
4. Первичное закрепление материала	Выполнение комплекса утренней гимнастики	Выполняют 3-4 упражнения комплекса	Выполняют комплекс утренней гимнастики
5. Включение в систему знаний и повторение	Разучивание подвижной игры с бегом	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру по инструкции учителя
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 5

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы

Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Ходьба по прямой линии на носках и пятках на внутреннем и внешнем своде стопы		
Цель	**Укрепление мышц ног для поддержания свода стопы**		
Задачи	Коррекционно- образовательные: учить ходьбе по прямой линии с выполнением различных заданий, закрепить порядок выполнения упражнения комплекса утренней гимнастикиКоррекционно-развивающие: развивать координациюКоррекционно- воспитательные: формировать умения обучающихся взаимодействовать со сверстниками в игровой деятельности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие.Построение в колонну. Передвижение в спортивный зал	Приветствуют учителя. Строятся под контролем учителя в колонну и передвигаются в спортивный зал	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Ознакомление с игровыми задания на построение и перестроения	Выполняют игровые задания (с помощью учителя)	Выполняют игровые задания
3. Открытие новых знаний	Выполнение ходьбы в различном темпе.Освоение разновидностей ходьбы	Осваивают и выполняют ходьбу в умеренном темпе.Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец	Осваивают и выполняют ходьбу в медленном (умеренном), среднем и быстром темпе с сохранением правильной осанки, в затылок друг другу и осуществление зрительного контроля за дистанцией.Осваивают и выполняют ходьбу по прямой линии на носках, на пятках, на

		выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	внутреннем и внешнем своде стопы с сохранением равновесия на ограниченной поверхности
4. Первичное закрепление материала	Выполнение комплекса утренней гимнастики	Выполняют 3-4 упражнения комплекса	Выполняют комплекс утренней гимнастики
5. Включение в систему знаний и повторение	Разучивание подвижной игры с прыжками	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру по инструкции учителя
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 6

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Перебежки группами и по одному 15-20 м
Цель	**Развитие двигательных способностей и ловкости**

Задачи	Коррекционно- образовательные: разучить перебежки группами, познакомить с комплексом ОРУ, разновидностями ходьбыКоррекционно- развивающие: развивать точность движенийКоррекционно-воспитательные: развивать умение контролировать двигательные действия		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Построение в колонну. Передвижение в спортивный зал	Приветствуют учителя. Строятся под контролем учителя в колонну и передвигаются в спортивный зал	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Ознакомление с игровыми задания на построение и перестроения	Выполняют игровые задания (с помощью учителя)	Выполняют игровые задания
3. Открытие новых знаний	Освоение разновидностей ходьбы.Выполнение комплекса утренней гимнастики	Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Осваивают и выполняют ходьбу по прямой линии на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы с сохранением равновесия на ограниченной поверхности.Выполняют комплекс утренней гимнастики
4. Первичное закрепление материала	Выполнение перебежек группами и по одному. Закрепление правил техники безопасности во время выполнения упражнений в паре, группе	Осваивают перебежки по одному, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Выполняют перебежки группами и по одному 15-20 м, соблюдают правила безопасности

5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игру с элементами общеразвивающих упражнений	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру по инструкции учителя
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 7

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Бег в медленном темпе, чередующийся с ходьбой
Цель	Закрепление у обучающихся представлений о технике выполнения переменного бега, чередования с ходьбой
Задачи	Коррекционно- образовательные: создать представление о технике бега, повторить комплекс ОРУКоррекционно- развивающие: развивать точность и координацию движенийКоррекционно-воспитательные: развивать умение контролировать двигательные действия
Этапы урока	Содержание деятельности

	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Построение в шеренгу	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Перестроение в шеренгу, в колонну по одному	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений. Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры
3. Открытие новых знаний	Освоение бега в медленном темпе, чередование ходьбы и бега	Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Выполняют упражнения на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища
4. Первичное закрепление материала	Выполнение упражнений на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища	Выполняют основные положения и движения рук, ног, головы, туловища с наименьшим количеством раз	Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп, дистанцию во время движения, удерживая правильную осанку во время ходьбы
5. Включение в систему знаний и повторение	Коррекционная игра на развитие точности движений	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру по инструкции учителя
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

		различные движения, с опорой на вопросы учителя	

Урок 8

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	1		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, малые мячи по количеству обучающихся		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Бег с сохранением правильной осанки		
Цель	Формирование правильной осанки, развитие координации движений в крупных мышечных группах рук и ног		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать правильную осанку, разучить ОРУ с малыми мячамиКоррекционно- развивающие: развивать мелкую моторикуКоррекционно- воспитательные: формировать умения обучающихся взаимодействовать со сверстниками в игровой деятельности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Построение в шеренгу	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Беседа о правильной осанке.Демонстрирование презентации (по желанию)	Слушают информацию о правильной осанке	Слушают информацию о правильной осанке
3. Открытие новых знаний	Освоение бега с сохранением правильной осанки	Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп, дистанцию во время движения, удерживая правильную осанку во время ходьбы
4. Первичное закрепление материала	Выполнение общеразвивающих упражнений с малыми мячами	Выполняют ОРУ с малыми мячами, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Выполняют ОРУ с малыми мячамипо показу
5. Включение в систему знаний и повторение	Коррекционная игра с бегом	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру по инструкции учителя
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 9

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, флажки по количеству обучающихся

Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Бег в колонне за учителем в заданном направлении		
Цель	Упражнять детей в ходьбе, беге в колонне по одному, в заданном направлении		
Задачи	Коррекционно- образовательные: ознакомить с бегом в заданном направлении, разучить построение в круг, упражнения с флажками, разучить коррекционную игруКоррекционно- развивающие: развивать вниманиеКоррекционно- воспитательные: формировать умения обучающихся взаимодействовать со сверстниками в игровой деятельности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Построение в шеренгу	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Освоение построения и передвижения за учителем в колонне	Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп, дистанцию во время движения, удерживая правильную осанку во время ходьбы
3. Открытие новых знаний	Освоение построения в круг	Выполняют построение в круг с помощью учителя	Строятся в круг
4. Первичное закрепление материала	Выполнение упражнений с флажками	Выполняют ОРУ с флажками, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Выполняют ОРУ с флажкамиПо показу

5. Включение в систему знаний и повторение	Коррекционная игра с прыжками	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру по инструкции учителя
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 10

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Прыжки на двух ногах
Цель	Развитие двигательных навыков учащихся в процессе изучения прыжкам на двух ногах
Задачи	Коррекционно- образовательные: разучить прыжки на двух ногах, повторить построение в круг, разучить упражнения для укрепления мышц ног, разучить подвижную игру с элементами лазанияКоррекционно-развивающие: развивать координацию и ловкостьКоррекционно- воспитательные: учить выполнять установленные нормы поведения
Этапы урока	Содержание деятельности

	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие.Построение в шеренгу	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Освоение построения и передвижения за учителем в колонне	Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп, дистанцию во время движения, удерживая правильную осанку во время ходьбы
3. Открытие новых знаний	Освоение построения в круг.Выполнение упражнений для укрепления мышц ног	Выполняют построение в круг с помощью учителя.Выполняют упражнения для укрепления мышц ног, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Строятся в круг.Выполняют упражнения для укрепления мышц ног
4. Первичное закрепление материала	Освоение прыжков на двух ногах	Выполняют прыжки после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий)	Выполняют прыжки после инструкции и показа учителя
5. Включение в систему знаний и повторение	Коррекционная игра с элементами лазания	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру по инструкции учителя

6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 11

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	1		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Прыжки на одной ноге на месте		
Цель	Развитие двигательных навыков учащихся в процессе изучения прыжкам на одной ноге		
Задачи	Коррекционно- образовательные: ознакомить с прыжками на одной ноге, разучить коррекционную игру с элементами перестроенийКоррекционно- развивающие: формирование навыка ориентировки в схеме своего телаКоррекционно- воспитательные: учить выполнять установленные нормы поведения		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Приветствие.Построение в шеренгу	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Подвижная игра с элементами перестроений.Выполнение бега в чередовании с ходьбой	Участвуют в подвижной игре.Выполняют бег в чередовании с ходьбой под контролем учителя	Играют в подвижную игру. Выполняют бег в чередовании с ходьбой
3. Открытие новых знаний	Построение в круг.Выполнение упражнений для укрепления мышц ног.Различение правой и левой ноги	Выполняют построение в круг с помощью учителя.Выполняют упражнения для укрепления мышц ног, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Строятся в круг.Выполняют упражнения для укрепления мышц ног
4. Первичное закрепление материала	Выполнение подпрыгиваний на одной ноге, сохранение равновесия	Выполняют прыжки после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий)	Выполняют прыжки после инструкции и показа учителя
5. Включение в систему знаний и повторение	Коррекционная игра с бросками и ловлей	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру по инструкции учителя
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 12

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	1		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, мячи по количеству обучающихся		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Прыжки с продвижением вперед, назад		
Цель	Развитие двигательных навыков учащихся в процессе изучения прыжкам на двух ногах с продвижением вперед, назад		
Задачи	Коррекционно- образовательные: ознакомить с прыжками с продвижением, познакомить с общеразвивающими упражнениями с малыми мячами, разучить коррекционную игру с метаниемКоррекционно- развивающие: развивать ловкость и координацию движенийКоррекционно-воспитательные: развивать умение контролировать двигательные действия		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие.Построение в шеренгу	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Подвижная игра с элементами перестроений.Выполнение бега в чередовании с ходьбой	Участвуют в подвижной игре.Выполняют бег в чередовании с ходьбой под контролем учителя	Играют в подвижную игру. Выполняют бег в чередовании с ходьбой

3. Открытие новых знаний	Построение в круг.Ознакомление с общеразвивающими упражнениями с малыми мячами	Выполняют построение в круг с помощью учителя.Выполняют упражнения с малыми мячами, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Строятся в круг.Выполняют упражнения с малыми мячами
4. Первичное закрепление материала	Выполнение несколько подпрыгиваний подряд в заданном направлении	Ориентируются в направлении движений с помощью педагога.Прыгают на двух ногах с продвижением вперед	Выполняют прыжки в заданном направлении, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры
5. Включение в систему знаний и повторение	Коррекционная игра с метанием	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру по инструкции учителя
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 13

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, мячи по количеству обучающихся
Тип урока	Урок открытия новых знаний

Тема	Прыжки с продвижением вправо, влево		
Цель	Развитие двигательных навыков учащихся в процессе изучения прыжкам на двух ногах с продвижением вправо, влево		
Задачи	Коррекционно- образовательные: ознакомить с прыжками с продвижением, разучить коррекционную игру с элементами строевых командКоррекционно- развивающие: развивать ловкость и координацию движенийКоррекционно- воспитательные: развивать умение контролировать двигательные действия		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие.Построение в шеренгу	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Подвижная игра с элементами перестроений.Выполнение бега в чередовании с ходьбой	Участвуют в подвижной игре.Выполняют бег в чередовании с ходьбой под контролем учителя	Играют в подвижную игру. Выполняют бег в чередовании с ходьбой
3. Открытие новых знаний	Построение в круг.Ознакомление с общеразвивающими упражнениями с малыми мячами	Выполняют построение в круг с помощью учителя.Выполняют упражнения с малыми мячами, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Строятся в круг.Выполняют упражнения с малыми мячами
4. Первичное закрепление материала	Ориентирование в пространстве в процессе выполнения прыжков с продвижением в заданном	Прыгают на двух ногах с продвижением вправо, влево с помощью педагога	Выполняют прыжки в заданном направлении

	направлении, с сохранением устойчивого равновесия		
5. Включение в систему знаний и повторение	Коррекционная игра с элементами строевых команд	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру по инструкции учителя
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 14

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Прыжки через начерченную линию
Цель	**Использование зрительных ориентиров для обучения прыжкам в длину**
Задачи	Коррекционно- образовательные: ознакомить с техникой прыжка, разучить комплекс упражнений типа зарядки, познакомить с коррекционной игрой с элементами строевых командКоррекционно-развивающие: развивать внимание и координацию движенийКоррекционно- воспитательные: развивать умение контролировать двигательные действия

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие.Построение в шеренгу	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Беседа о значении утренней гимнастики.Выполнение бега в чередовании с ходьбой	Отвечают на вопросы односложно. Выполняют бег в чередовании с ходьбой под контролем учителя	Отвечают на вопросы целым предложением. Выполняют бег в чередовании с ходьбой
3. Открытие новых знаний	Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений типа зарядки	Выполняют построение в круг с помощью учителя.Выполняют упражнения типа зарядки, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Строятся в круг.Выполняют упражнения типа зарядки
4. Первичное закрепление материала	Выполнение прыжковых упражнений, сохраняя равновесие при приземлении	Перепрыгивают через начерченную линию, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Перепрыгивают через начерченную линию после инструкции и показа учителя
5. Включение в систему знаний и повторение	Коррекционная игра с элементами строевых команд	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру по инструкции учителя

6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 15

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	1		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Прыжки через шнур		
Цель	Развитие координации движений в прыжках		
Задачи	Коррекционно- образовательные: разучить прыжок через шнур, повторить комплекс утренней гимнастики, закрепить ходьбу в колонне по одному с различными заданиями для рукКоррекционно-развивающие: развивать ловкостьКоррекционно- воспитательные: воспитывать смелость, находчивость		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Приветствие.Построение в шеренгу	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение ходьбы в колонне по одному с различными заданиями для рук	Выполняют ходьбу в колонне, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Выполняют ходьбу в колонне по одному с различными заданиями для рук по показу учителя
3. Открытие новых знаний	Построение в круг.Выполнение комплекса утренней гимнастики	Выполняют построение в круг с помощью учителя.Выполняют упражнения типа зарядки, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Строятся в круг.Выполняют упражнения типа зарядки
4. Первичное закрепление материала	Перепрыгивание через шнур, сохраняя устойчивое равновесие	Перепрыгивают через шнур, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Перепрыгивают через шнур после инструкции и показа учителя
5. Включение в систему знаний и повторение	Коррекционная игра с бегом	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру по инструкции учителя
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 16

Предмет	Адаптивная физическая культура

Класс	1		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, мячи для метания, набивные мячи		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Прыжки через набивной мяч		
Цель	**Обучение умению прыгать с продвижением вперёд**		
Задачи	Коррекционно- образовательные: разучить технику выполнения прыжков через набивной мяч, повторить построение в круг, ознакомить с упражнениями для развития мышц кистей рук и пальцевКоррекционно-развивающие: развивать мелкую моторику рукКоррекционно- воспитательные: воспитывать смелость, находчивость		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие.Построение в шеренгу	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение ходьбы со сменой положений рук	Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Выполняют ходьбу в колонне по одному с различными заданиями для рук по показу учителя

3. Открытие новых знаний	Проверка домашнего задания.Построение в круг.Ознакомление с упражнениями для развития мышц кистей рук и пальцев	Выполняют построение в круг с помощью учителя.Выполняют 3-4 упражнения	Строятся в круг.Выполняют упражнения по словесной инструкции и показу
4. Первичное закрепление материала	Выполнение прыжка через предмет, отталкиваясь одновременно двумя ногами и мягко приземляясь	Перепрыгивают(перешагивают) через набивной мяч, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Перепрыгивают через набивной мяч
5. Включение в систему знаний и повторение	Коррекционная игра с метанием	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру по инструкции учителя
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 17

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы
Тип урока	Урок открытия новых знаний

Тема	Прыжки с ноги на ногу		
Цель	Развитие взрывной силы ног, равновесия и координации		
Задачи	Коррекционно- образовательные: разучить прыжковые упражнения, повторить ходьбу с хлопками, продолжить знакомство с упражнениями развития мышц кистей рук и пальцевКоррекционно-развивающие: укреплять связки, улучшать работу суставовКоррекционно- воспитательные: воспитывать смелость, находчивость		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие.Построение в шеренгу	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение ходьбы с хлопками	Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Выполняют ходьбу в колонне по одному с различными заданиями для рук по показу учителя
3. Открытие новых знаний	Построение в круг.Выполнение упражнений для развития мышц кистей рук и пальцев	Выполняют построение в круг с помощью учителя.Выполняют 3-4 упражнения	Строятся в круг.Выполняют упражнения по словесной инструкции и показу
4. Первичное закрепление материала	Ознакомление с прыжком с ноги на ногу	Выполняют прыжки после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя,	Перепрыгивают с ноги на ногу на отрезках

		пооперационный контроль выполнения действий	
5. Включение в систему знаний и повторение	Коррекционная игра с прыжками	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру по инструкции учителя
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 18

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Прыжок в длину с места
Цель	Ознакомление с техникой выполнения прыжка в длину с места
Задачи	Коррекционно- образовательные: познакомить с техникой прыжка в длину с места, с упражнениями для укрепления голеностопных суставов и стоп, повторить ходьбу со сменой положения рукКоррекционно-развивающие: развивать подвижность суставов, обогащать словарный запасКоррекционно-воспитательные: формировать умение проявлять дисциплинированность, ответственность

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие.Построение в шеренгу	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение ходьбы со сменой положения рук	Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя	Выполняют ходьбу в колонне по одному с различными заданиями для рук по показу учителя
3. Открытие новых знаний	Построение в круг.Выполнение упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп.Ознакомление с названием и техникой выполнения прыжка	Выполняют построение в круг с помощью учителя.Выполняют 3-4 упражнения	Строятся в круг.Выполняют упражнения по словесной инструкции и показу
4. Первичное закрепление материала	Выполнение прыжка в длину с места	Выполняют прыжки после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий	Перепрыгивают с ноги на ногу на отрезках
5. Включение в систему знаний и повторение	Коррекционная игра с прыжками	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру по инструкции учителя

6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 19

Предмет	Адаптивная физическая культура	
Класс	1	
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы	
Тип урока	Урок открытия новых знаний	
Тема	Правильный захват различных предметов	
Цель	Развитие умения правильно захватывать большие предметы двумя руками, равномерно распределяя пальцы на предмете	
Задачи	Коррекционно- образовательные: разучивать технику выполнения захвата различных по величине и форме предметов одной и двумя руками, упражнения на осанку, закрепить подвижную игру с бросками и ловлейКоррекционно- развивающие: развивать мелкую моторику посредством техники захвата различных по величине и форме предметов одной и двумя рукамиКоррекционно- воспитательные: развивать умение контролировать двигательные действия	
Этапы урока	Содержание деятельности	
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся

		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие.Построение в шеренгу	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение обыкновенной ходьбы в чередовании с ходьбой по линии, обозначенной на полу, сохраняя равновесие	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения	Выполняют ходьбу по инструкции учителя
3. Открытие новых знаний	Построение в круг.Выполнение упражнений на осанку	Выполняют построение в круг с помощью учителя.Выполняют 3-4 упражнения	Строятся в круг.Выполняют упражнения по словесной инструкции и показу
4. Первичное закрепление материала	Ознакомление с правильным захватом различных предметов	Выполняют захват и удержание различных предметов для выполнения метания после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий);бросают и ловят волейбольные мячи по прямому указанию учителя	Осваивают и удерживают правильный захват различных предметов для выполнения метания одной и двумя руками по показу учителя
5. Включение в систему знаний и повторение	Коррекционная игра с бросками и ловлей	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру по инструкции учителя

6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 20

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	1		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, мячи разного диаметра		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Прием и передача мяча в круге		
Цель	Ознакомление учащихся с приёмом и передачей мячей различного диаметра по кругу		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать умение принимать и передавать мячи разного диаметра по кругу, в шеренге, в колонне, повторить захват мячей разного диаметраКоррекционно- развивающие: развивать мелкую моторику посредством техники захвата различных по величине и форме предметов одной и двумя рукамиКоррекционно- воспитательные: воспитывать умение взаимодействовать с одноклассниками при выполнении заданий с мячом		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Приветствие.Построение в шеренгу	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение бега в медленном темпе, чередование ходьбы и бега	Выполняют бег в медленном темпе под контролем учителя	Выполняют бег в медленном темпе, чередование ходьбы и бега
3. Открытие новых знаний	Построение в круг.Выполнение упражнений для укрепления туловища	Выполняют построение в круг с помощью учителя.Выполняют 3-4 упражнения	Строятся в круг.Выполняют упражнения по словесной инструкции и показу
4. Первичное закрепление материала	Передача и прием мяча в круге	Принимают и передают мяч в круге, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Выполняют прием и передача мяча в круге после инструкции и показа учителя
5. Включение в систему знаний и повторение	Коррекционная игра с бросками и ловлей	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру по инструкции учителя
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 21

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1

Методическое обеспечение	Конусы, мячи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Прием и передача мяча в круге		
Цель	Закрепление приёма и передач мячей различного диаметра по кругу		
Задачи	Коррекционно-образовательные: закрепить умение принимать и передавать мяч в круге, повторить бег в медленном темпе, разучить упражнений для укрепления туловищаКоррекционно-развивающие: коррегировать основные движения (ходьба, бег)Коррекционно-воспитательные: воспитывать дисциплинированность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу.Приветствие	Приветствуют педагога, проверяют уровень своей готовности к уроку	
2. Актуализации знаний обучающихся. Мотивация к учебной деятельности	Выполнение бега в медленном темпе, чередование ходьбы и бега	Выполняют бег в медленном темпе под контролем учителя	Выполняют бег в медленном темпе, чередование ходьбы и бега
3. Включение изученного в систему знаний	Построение в круг.Выполнение упражнений для укрепления туловища.Передача и прием мяча в круге	Выполняют построение в круг с помощью учителя.Выполняют 3-4 упражнения.Принимают и передают мяч в круге, ориентируясь на образец	Строятся в круг.Выполняют упражнения по словесной инструкции и показу.Выполняют прием и передача мяча в круге

		выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	после инструкции и показа учителя.
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Коррекционная игра	Участвуют в коррекционной игре, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий	Играют в коррекционную игру
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 22

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, мячи для большого тенниса
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Произвольное метание малых мячей
Цель	Ознакомление учащихся техникой метания мячей
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать представление о техники метания мячей, познакомить с правильным захватом малого мяча, повторить комплекс общеразвивающих упражненийКоррекционно-

	развивающие: развивать мелкую моторикуКоррекционно- воспитательные: воспитывать умение взаимодействовать с одноклассниками в игровой деятельности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение бега по прямой в шеренге	Выполняют бег под контролем учителя	Выполняют бег после инструкции, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры
3. Открытие новых знаний	Построение в круг.Выполнение общеразвивающих упражнений	Выполняют построение в круг с помощью учителя.Выполняют 3-4 упражнения	Строятся в круг.Выполняют упражнения по словесной инструкции и показу
4. Первичное закрепление материала	Освоение правильного захвата и произвольного метания малого мяча	Принимают и передают мяч в круге, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы.Выполняют различные виды метания малых мячей после инструкции и неоднократного показа учителя	Выполняют захват и удержание различных предметов для выполнения метания после инструкции и показа учителя
5. Включение в систему знаний и повторение	Коррекционная игра с элементами общеразвивающих упражнений	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру по инструкции учителя

6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 23

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	1		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, мячи для волейбола		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Произвольное метание мячей		
Цель	Ознакомление учащихся техникой метания мячей		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать представление о техники метания мячей, разучить общеразвивающих и специальных упражнений на осанку, закрепить коррекционную игру с бегомКоррекционно- развивающие: корригировать осанку.Коррекционно- воспитательные: воспитывать умение взаимодействовать с одноклассниками в игровой деятельности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение ходьбы с сохранением правильной осанки	Выполняют ходьбу под контролем учителя	Выполняют ходьбу по указанию учителя
3. Открытие новых знаний	Построение в круг.Выполнение общеразвивающих и специальных упражнений на осанку	Выполняют построение в круг с помощью учителя.Выполнение общеразвивающих и специальных упражнений на осанку	Строятся в круг.Выполняют упражнения после инструкции и показа учителя
4. Первичное закрепление материала	Выполнение произвольного метания больших мячей	Выполнение произвольного метания больших мячей	Выполняют различные виды метание большого мяча по показу учителя
5. Включение в систему знаний и повторение	Коррекционная игра с бегом	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру по инструкции учителя
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 24

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1

Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, мячи для волейбола		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Броски и ловля волейбольных мячей		
Цель	Ознакомление учащихся техникой ловли и броска мяча		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать представление о технике броска и ловли мячей, закреплять построение в круг, разучить упражнения с волейбольным мячом, повторить коррекционную игру с прыжкамиКоррекционно- развивающие: развивать ловкостьКоррекционно- воспитательные: воспитывать умение взаимодействовать с одноклассниками в игровой деятельности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Ходьба в колонне по одному с хлопками	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем	Выполняют ходьбу по показу учителя
3. Открытие новых знаний	Построение в круг.Выполнение упражнений с волейбольным мячом	Выполняют построение в круг с помощью учителя.Выполняют 3-4 упражнения с мячом	Строятся в круг.Выполняют упражнения по инструкции учителя

4. Первичное закрепление материала	Подбрасывание мяча на разную высоту, выполнение ловли прямыми руками падающий мяч на уровне головы	Бросают и ловят волейбольный мяч по прямому указанию учителя	Бросают и ловят волейбольные мячи по прямому указанию учителя
5. Включение в систему знаний и повторение	Коррекционная игра с прыжками	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру по инструкции учителя
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 25

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, мячи для волейбола
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Броски и ловля волейбольных мячей
Цель	Формирование навыка броска и ловли мяча
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить броски и ловлю мячей, закрепить построение в круг, разучить подвижную игруКоррекционно- развивающие: развивать ловкость, обогащать словарный запасКоррекционно- воспитательные: воспитывать умение взаимодействовать с одноклассниками в игровой деятельности

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Ходьба с хлопками в колонне по одному	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем	Выполняют ходьбу по показу учителя
3. Включение изученного в систему знаний	Построение в круг.Выполнение упражнений с волейбольным мячом.Подбрасывание мяча на разную высоту, выполнение ловли прямыми руками падающий мяч на уровне головы	Выполняют построение в круг с помощью учителя.Выполняют 3-4 упражнения с мячом.Бросают и ловят волейбольный мяч по прямому указанию учителя	Строятся в круг.Выполняют упражнения по инструкции учителя.Бросают и ловят волейбольные мячи по прямому указанию учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Коррекционная игра с бегом	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру по инструкции учителя
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 26

Предмет	Адаптивная физическая культура

Класс	1		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Метание колец на шесты		
Цель	Ознакомление с метанием колец на шесты		
Задачи	Коррекционно- образовательные: разучить упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев, учить построению врассыпную, повторить упражнения для кистей рук и пальцевКоррекционно- развивающие: развивать координацию движений, общую моторику, произвольное вниманиеКоррекционно-воспитательные: воспитывать настойчивость		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение ходьбы со сменой положений рук.Ознакомление с упражнениями для развития мышц кистей рук и пальцев	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы.Выполняют упражнения наименьшее количество раз	Выполняют ходьбу по прямому указанию учителя. Выполняют комплекс упражнений по показу учителя

3. Открытие новых знаний	Ознакомление с размещением «врассыпную».Определение названия спортивного инвентаря	Размещаются «врассыпную» с помощью учителя	Самостоятельно строятся«врассыпную»
4. Первичное закрепление материала	Принятие правильного исходного положения во время метания, правильное удержание кольца	Метают кольца на шесты после инструкции и неоднократного показа учителя	Выполняют метания колец на шесты после инструкции и показа учителя
5. Включение в систему знаний и повторение	Игра «Кольцеброс»	Выполняют игровые задания	Играют в игру
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 27

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, мячи для волейбола
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Метание колец на шесты
Цель	Формирование навыка метания колец на шесты

Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить названия оборудования и технику метания колец на шесты, повторить построение врассыпнуюКоррекционно- развивающие: развивать глазомер, обогащать словарный запасКоррекционно- воспитательные: воспитывать находчивость, смелость		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение ходьбы со сменой положений рук.Ознакомление с упражнениями для развития мышц кистей рук и пальцев	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы.Выполняют упражнения наименьшее количество раз	Выполняют ходьбу по прямому указанию учителя.Выполняют комплекс упражнений по показу учителя
3. Включение изученного в систему знаний	Построение «врассыпную».Закрепление названия спортивного инвентаря	Размещаются «врассыпную» с помощью учителя.Метают кольца на шесты после инструкции и неоднократного показа учителя	Самостоятельно строятся«врассыпную».Выполняют метания колец на шесты после инструкции и показа учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Игра «Кольцеброс»	Участвуют в подвижной игре по инструкции учителя	Участвуют в игре после инструкции учителя

5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 28

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	1		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, мячи для волейбола		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Метание большого мяча двумя руками из-за головы		
Цель	Ознакомление учащихся техникой метания большого мяча двумя руками из-за головы		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать представление о технике метания мячей, повторять построение в круг, разучить упражнения с волейбольным мячомКоррекционно- развивающие: развивать ловкостьКоррекционно- воспитательные: воспитывать умение взаимодействовать с одноклассниками в игровой деятельности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение ходьбы с хлопками.Выполнение бега по коридорчику	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем.Выполняют бег по коридорчику с помощью учителя	Выполняют ходьбу.Выполняют бег по коридорчикупо инструкции учителя
3. Открытие новых знаний	Построение в круг.Выполнение упражнений с волейбольным мячом	Выполняют построение в круг с помощью учителя.Выполняют 3-4 упражнения с мячом	Строятся в круг.Выполняют упражнения по инструкции учителя
4. Первичное закрепление материала	Принятие правильного положения во время метания, выполнение метания большого мяча способом из-за головы	Метают большой мяч двумя руками из-за головы, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Выполняют метание большого мяча двумя руками из-за головы после инструкции учителя
5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с бегом	Участвуют в подвижной игре по инструкции учителя	Участвуют в игре после инструкции учителя
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 29

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, мячи для волейбола

Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Метание большого мяча двумя руками из-за головы		
Цель	Формирование навыка метания большого мяча двумя руками из-за головы		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить представление о технике метания мячей, повторять построение в круг, закрепить упражнения для развития мышц кистей рук и пальцевКоррекционно-развивающие: развивать глазомер, обогащать словарный запасКоррекционно- воспитательные: воспитывать находчивость, смелость		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение ходьбы со сменой положений рук.Ознакомление с упражнениями для развития мышц кистей рук и пальцев	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы.Выполняют упражнения наименьшее количество раз	Выполняют ходьбу по прямому указанию учителя.Выполняют комплекс упражнений по показу учителя
3. Включение изученного в систему знаний	Построение «врассыпную».Принятие правильного положения во время метания, выполнение метания большого мяча способом из-за головы	Размещаются «врассыпную» с помощью учителя.Метают большой мяч двумя руками из-за головы, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Самостоятельно строятся«врассыпную».Выполняют метание большого мяча двумя руками из-за головы после инструкции учителя

4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Подвижная игра «Вышибалы»	Участвуют в подвижной игре по инструкции учителя	Участвуют в игре после инструкции учителя
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 30

Предмет	Адаптивная физическая культура	
Класс	1	
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, мячи для волейбола	
Тип урока	Урок открытия новых знаний	
Тема	Метание мяча снизу с места в стену	
Цель	Ознакомление учащихся техникой метания мяча снизу с места в стену	
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать представление о технике метания мячей, повторять построение в круг, разучить упражнения с волейбольным мячомКоррекционно- развивающие: развивать ловкостьКоррекционно- воспитательные: воспитывать умение взаимодействовать с одноклассниками в игровой деятельности	
Этапы урока	Содержание деятельности	
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся

		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение ходьбы в колонне по одному с различными заданиями для рук.Повторение бега по коридорчику	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют бег по коридорчику с помощью учителя	Выполняют ходьбу.Выполняют бег по коридорчикупо инструкции учителя
3. Открытие новых знаний	Построение в круг.Выполнение комплекса упражнений для укрепления туловища	Выполняют построение в круг с помощью учителя.Выполняют 5-6 упражнений комплекса	Строятся в круг.Выполняют упражнения по инструкции учителя
4. Первичное закрепление материала	Освоение правильного удержания мяча, ориентирование в пространстве, соразмерение своих усилий	Метают мяч снизу с места в стену, ориентируясь на образец выполнения учителем	Выполняют метание мяча снизу с места в стенупосле инструкции и показа учителя
5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с метанием	Участвуют в подвижной игре по инструкции учителя	Участвуют в игре после инструкции учителя
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 31

Предмет	Адаптивная физическая культура

Класс	1		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, мячи для волейбола		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Метание мяча снизу с места в стену		
Цель	Формирование навыка метания мяча		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить представление о технике метания мячей, повторять построение в круг, разучить упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев.Коррекционно-развивающие: развивать мелкую и крупную моторику.Коррекционно- воспитательные: воспитывать находчивость, смелость		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение ходьбы со сменой положений рук.Ознакомление с упражнениями для развития мышц кистей рук и пальцев	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы.Выполняют упражнения наименьшее количество раз	Выполняют ходьбу по прямому указанию учителя.Выполняют комплекс упражнений по показу учителя

3. Включение изученного в систему знаний	Построение «врассыпную».Принятие правильного положения во время метания, выполнение метания большого мяча способом из-за головы	Размещаются «врассыпную» с помощью учителя.Метают большой мяч двумя руками из-за головы, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Самостоятельно строятся«врассыпную».Выполняют метание большого мяча двумя руками из-за головы после инструкции учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Подвижная игра «Вышибалы»	Участвуют в подвижной игре по инструкции учителя	Участвуют в игре после инструкции учителя
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 32

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, мячи для волейбола
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Подвижная игра «Гуси-лебеди»
Цель	Развитие двигательной активности детей через подвижную игру
Задачи	· Коррекционно- образовательные: обогащать словарный запас детей, закреплять умения выполнять действия взятой на себя роли, упражнять в беге, повторять построение в «рассыпную», разучить

	комплекс упражнений.· Коррекционно- развивающие: развивать умения выполнять движения в соответствии с текстом,· продолжать развивать у детей ловкость, сообразительность, быстроту реакции· Коррекционно- воспитательные: воспитывать доброжелательные отношения друг к другу, целеустремлённость, положительный эмоциональный настрой		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение бега по прямой в шеренге	Выполняют бег под контролем учителя	Выполняют бег по указанию учителя
3. Включение изученного в систему знаний	Построение «врассыпную».Выполнение общеразвивающих упражнений	Размещаются «врассыпную» с помощью учителя.Выполняют 3-5 упражнений	Самостоятельно строятся«врассыпную».Выполняют 3-5 упражнений
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Закрепление слов и правил подвижный игры.Ориентирование в пространстве, свободное передвижение	Участвуют в игре по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя)	Участвуют в игре по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя)

5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 33

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	1		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, мячи для волейбола		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Подвижная игра «У медведя во бору»		
Цель	Развитие двигательной активности детей через подвижную игру		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: обогащать словарный запас детей, закреплять умения выполнять действия взятой на себя роли, упражнять в беге· Коррекционно- развивающие: развивать умения выполнять движения в соответствии с текстом,· продолжать развивать у детей ловкость, сообразительность, быстроту реакции· Коррекционно- воспитательные: воспитывать доброжелательные отношения друг к другу, целеустремлённость, положительный эмоциональный настрой		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение ходьбы со сменой положения рук	Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя	Выполняют ходьбу по указанию учителя
3. Включение изученного в систему знаний	Построение «врассыпную».Выполнение упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп.Повторение речитативов игры.Выполнение правильного захвата предметов, свободное перемещение	Размещаются «врассыпную» с помощью учителя.Выполняют упражнения наименьшее количество раз	Самостоятельно строятся«врассыпную».Выполняют комплекс упражнений по показу
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Игровые задание	Участвуют в игре по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя)	Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 34

Предмет	Адаптивная физическая культура

Класс	1		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, мячи для волейбола		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Значение физических упражнений для здоровья человека.Строевые действия в шеренге и колонне		
Цель	Ознакомление учащихся техникой выполнения строевых действий		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать представление о технике строевых команд, повторять построение в круг, разучить упражнения с волейбольным мячомКоррекционно- развивающие: развивать ловкостьКоррекционно- воспитательные: воспитывать умение взаимодействовать с одноклассниками в игровой деятельности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу.	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя.	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Беседа о значении физических упражнений.Выполнение строевых действий, ориентирование в пространстве	Просматривают видеоматериал по теоретическим вопросам адаптивной физической культуры.Отвечают на вопросы односложно.Слушают объяснение (инструкцию) учителя с фиксацией на этапах	Просматривают видеоматериал по теоретическим вопросам адаптивной физической культуры.Отвечают на вопросы предложением.Воспринимают и запоминают расположениезрительных

		выполнения упражнения на ориентировку в пространстве	пространственных опор - ориентиров для выполнения построений и перестроений
3. Открытие новых знаний	Построение в круг.Выполнение комплекса упражнений для укрепления туловища	Выполняют построение в круг с помощью учителя.Выполняют 5-6 упражнений комплекса	Строятся в круг.Выполняют упражнения по инструкции учителя
4. Первичное закрепление материала	Метание мяча снизу с места в стену	Выполняют снизу с места в стену под контролем	Выполняют метание мяча снизу с места в стенупосле инструкции и показа учителя
5. Включение в систему знаний и повторение	Коррекционная игра	Участвуют в коррекционной игре по инструкции учителя	Участвуют в игре после инструкции учителя
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 35

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, мячи для волейбола
Тип урока	Урок открытия новых знаний

Тема	Название снарядов, спортивного инвентаря. Гимнастика для пальцев		
Цель	Развитие точной координации движений, укрепление кистей и пальцев, формирование гибкости и подвижности рук и пальцев		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: учить напрягать и расслаблять мышцы, переключаться с одного движения на другое,· сгибать и разгибать пальцы рук, противопоставлять большой палец остальным· Коррекционно- развивающие: развивать подражательную способность, восприятие, память, внимание, речьКоррекционно- воспитательные: воспитывать умение взаимодействовать с одноклассниками в игровой деятельности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу.	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя.	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Беседа о спортивном инвентаре и оборудовании	Слушают объяснение педагога по теме с чёткими смысловыми акцентами и опорой на наглядность (визуальный план, картинки по теме урока	Слушают объяснение педагога по теме с чёткими смысловыми акцентами и опорой на наглядность (визуальный план, картинки по теме урока
3. Открытие новых знаний	Построение в круг.Выполнение гимнастики для пальцев	Выполняют построение в круг с помощью учителя.Выполняют комплекс упражнений ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Строятся в круг.Выполняют комплекс упражнений

4. Первичное закрепление материала	Выполнение упражнений с мячом	Выполняют упражнения с мячом по инструкции и по показу учителя	Осваивают и используют игровые умения
5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с мячом	Участвуют в коррекционной игре по инструкции учителя	Участвуют в игре после инструкции учителя
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 36

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, мячи для волейбола
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Перестроение в круг, взявшись за руки
Цель	Развитие ориентировки в пространстве
Задачи	· Коррекционно- образовательные: учить детей крепко держаться за руки и не «ломать круг»,· учить детей собираться по команде в одном месте и действовать по сигналу.Коррекционно-развивающие: развивать умение быстро и чётко выполнять строевые приёмы в одиночном порядке и в подгруппе.· Коррекционно- воспитательные: воспитывать доброжелательные отношения друг к другу, целеустремлённость, положительный эмоциональный настрой

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение бега в медленном темпе, чередование ходьбы и бега	Выполняют бег в медленном темпе под контролем учителя	Выполняют бег в медленном темпе, чередование ходьбы и бега
3. Включение изученного в систему знаний	Построение в круг.Выполнение упражнений с мячом	Принимают и передают мяч в круге, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют простые команды по сигналу учителя с одновременным показом способа выполнения перестроения	Выполняют построение в круг по указанию учителя. Выполняют прием и передача мяча в круге после инструкции и показа учителя.Выполняют перестроение в круг, взявшись за руки
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Коррекционная игра	Участвуют в коррекционной игре, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий	Играют в игру после показа учителем
4. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 37

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	1		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, мячи для волейбола		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Размыкание на вытянутые руки		
Цель	**Формирование способности выполнять перестроения и упражнения для ориентировки**		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: учить выполнять строевые действия в шеренге.· Коррекционно- развивающие: развивать координационные способности, коррекция памяти на основе упражнений в запоминании.Коррекционно- воспитательные: воспитывать умение взаимодействовать с одноклассниками в игровой деятельности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу.	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя.	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение ходьбы со сменой положений рук	Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют упражнения по словесной инструкции и показу

3. Открытие новых знаний	Ознакомление с упражнениями для развития мышц кистей рук и пальцев	Выполняют 3-4 упражнения	Осваивают и используют игровые умения
4. Первичное закрепление материала	Выполнение приставных шагов в сторону, ориентирование в пространстве	Фиксируют внимание и воспринимают расположениезрительных пространственных опор - ориентиров для выполнения построений и перестроений	Выполняют команды по построению и перестроению по сигналу учителя (при необходимости ориентируются на образец)
5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с метанием	Участвуют в коррекционной игре по инструкции учителя	Участвуют в игре после инструкции учителя
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 38

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Выполнение строевых команд по показу учителя

Цель	Развитие ориентировки в пространстве		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: развивать умение быстро и чётко выполнять строевые приёмы в одиночном порядке и в подгруппе.· Коррекционно- развивающие: развивать координационные способности, коррекция памяти на основе упражнений в запоминании.· Коррекционно-воспитательные: воспитывать доброжелательные отношения друг к другу, целеустремлённость, положительный эмоциональный настрой		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Закрепление основной стойки.Выполнение основных строевых команд	Выполняют простые виды построений, осваивают на доступном уровне строевые действия в шеренге и колонне (с помощью учителя)	Выполняют команды по построению и перестроению по сигналу учителя (при необходимости ориентируются на образец)
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение бега по прямой в шеренге.Выполнение общеразвивающих упражнений	Выполняют бег под контролем учителя. Выполняют 3-5 упражнений	Выполняют бег после инструкции, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Игры с элементами общеразвивающих упражнений	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру после инструкции учителя

5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 39

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	1		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Повороты «направо», «налево», по показу учителя и по команде		
Цель	Развитие ориентировки в пространстве		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: развивать умение быстро и чётко выполнять строевые приёмы в одиночном порядке и в подгруппе· Коррекционно- развивающие: развивать координационные способности, коррекция памяти на основе упражнений в запоминании· Коррекционно-воспитательные: воспитывать доброжелательные отношения друг к другу, целеустремлённость, положительный эмоциональный настрой		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Закрепление основной стойки.Выполнение основных строевых команд	Зрительно воспринимают и оценивают образец выполнения упражнения. Выполняют построение в шеренгу и колонну, ориентируясь на образец выполнения обучающимися 2 группы	Слушают инструкцию, отслеживают и анализируют образец выполнения построений и перестроений
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение бега по прямой в шеренге.Выполнение комплекса утренней гимнастики	Осваивают и выполняют ходьбу в умеренном темпе.Выполняют 3-4 упражнения комплекса	Выполняют построение в шеренгу и колонну. Осваивают и выполняют ходьбу в медленном (умеренном), среднем и быстром темпе с сохранением правильной осанки, в затылок друг другу и осуществление зрительного контроля за дистанцией. Выполняют комплекс утренней гимнастики
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Ознакомление с подвижной игрой с бегом	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру после инструкции и показа учителя
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 40

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	1		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Основные положения и движения рук, ног, туловища, головы		
Цель	Развитие общей моторики		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: формировать умение овладевать двигательными действиями· Коррекционно- развивающие: развивать пространственно- временную дифференцировку, формировать правильную осанку· Коррекционно- воспитательные: воспитывать доброжелательные отношения друг к другу, целеустремлённость, положительный эмоциональный настрой		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение построений в шеренгу, в колонну по одному	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя,

		выполнения построений и перестроений	ориентируясь на зрительно-пространственные опоры
3. Включение изученного в систему знаний	Освоение бега в медленном темпе, чередование ходьбы и бега.Выполнение упражнений на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища	Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют основные положения и движения рук, ног, головы, туловища с наименьшим количеством раз	Выполняют упражнения на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища.Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп, дистанцию во время движения, удерживая правильную осанку во время ходьбы
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Коррекционная игра на развитие точности движений	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру после инструкции
4. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 41

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы
Тип урока	Урок открытия новых знаний

Тема	Упражнения на дыхания		
Цель	**Формирование умения** правильно и глубоко дышать		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: тренировать умение координировать свои движения· Коррекционно- развивающие: развить и укрепить дыхательные мышцыКоррекционно-воспитательные: воспитывать умение взаимодействовать с одноклассниками в игровой деятельности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение бега в чередовании с ходьбой в колонне по одному	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному
3. Открытие новых знаний	Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений	Выполняют построение в круг с помощью учителя	Выполняют построение в круг и комплекс утренней зарядки по инструкции учителя
4. Первичное закрепление материала	Выполнение тренировочных упражнений на дыхание во время ходьбы, бега, проговаривание звуков на выдохе	Выполняют коррегирующие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя	Выполняют коррегирующие упражнения без предметов после показа учителя
5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра на внимание	Участвуют в коррекционной игре по инструкции учителя	Участвуют в игре после инструкции учителя

6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 42

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	1		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, мячи		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Упражнения на формирование правильной осанки		
Цель	Формирование навыков правильной осанки, повышение уровня мотивации к здоровому образу жизни		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: разучить упражнения, формирующие правильную осанку, закрепить знания о влиянии неправильной осанки на здоровье человека.· Коррекционно-развивающие: укрепление мышечного корсета, улучшение нервно-мышечной координации· Коррекционно- воспитательные: формировать коммуникативные навыки		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Построение в шеренгу	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение обыкновенной ходьбы в чередовании с ходьбой по линии, обозначенной на полу, сохраняя равновесие	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения	Выполняют ходьбу по инструкции учителя
3. Открытие новых знаний	Закрепление положения правильной осанки	Бросают и ловят волейбольные мячи по прямому указанию учителя	Выполняют коррегирующие и общеразвивающие упражнения без предметов после показа учителем
4. Первичное закрепление материала	Выполнение упражнений у вертикальной плоскости для формирования правильной осанки	Выполняют упражнения на формирование правильной осанки, ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Осваивают и используют игровые умения
5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с бросанием и ловлей	Участвуют в коррекционной игре по инструкции учителя	Участвуют в игре после инструкции учителя
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 43

Предмет	Адаптивная физическая культура

Класс	1		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Упражнения на укрепление мышц туловища		
Цель	Профилактика нарушений осанки		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: повторить упражнения, формирующие правильную осанку, закрепить знания о влиянии неправильной осанки на здоровье человека· Коррекционно-развивающие: укрепление мышечного корсета, улучшение нервно-мышечной координации· Коррекционно- воспитательные: формировать коммуникативные навыки		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение ходьбы в колонне по одному с различными заданиями для рук	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Выполняют ходьбу по инструкции учителя

3. Открытие новых знаний	Различение основных движений туловища	Выполняют упражнения на укрепление мышц туловища по прямому указанию учителя	Выполняют упражнения на укрепление мышц туловища, ориентируясь на образец выполнения учителем
4. Первичное закрепление материала	Выполнение комплекса упражнений на укрепление мышц туловища	Осваивают 3-5 упражнений	Осваивают и используют игровые умения
5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с прыжками	Участвуют в коррекционной игре по инструкции учителя	Участвуют в игре после инструкции учителя
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 44

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, теннисные мячи
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Упражнения для пространственно-временной дифференцировки и точности движений
Цель	Развитие и коррекция двигательных функций

Задачи	· Коррекционно- образовательные: восполнить дефицит двигательной активности с учётом конкретного дефекта· Коррекционно- развивающие: **дифференцировать пространственные параметры движения**· Коррекционно- воспитательные: формировать морально-волевые качества		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение построений в шеренгу и колонну	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Открытие новых знаний	Выполнение ходьбы по ориентирам, начерченным на полу	Выполняют упражнения для развития точности движений;выполняют упражнения для развития пространственно–временной дифференцировки по прямому указанию учителя	Выполняют упражнения для развития пространственно–временной дифференцировки, ориентируясь на образец выполнения учителем
4. Первичное закрепление материала	Прыжок в длину с места толчком двух ног в начерченный ориентир	Выполняют прыжок в длину с места толчком двух ног (по возможности)	Выполняют прыжок в длину с места толчком двух ног в начерченный ориентир

5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с метанием	Участвуют в коррекционной игре по инструкции учителя	Участвуют в игре после инструкции учителя
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 45

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	1		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Упражнения для пространственно-временной дифференцировки и точности движений		
Цель	Развитие и коррекция двигательных функций		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: восполнить дефицит двигательной активности с учётом конкретного дефекта· Коррекционно- развивающие: **дифференцировать пространственные параметры движения**· Коррекционно- воспитательные: формировать морально-волевые качества		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение построений в шеренгу и колонну	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение ходьбы по ориентирам, начерченным на полу.Прыжок в длину с места толчком двух ног в начерченный ориентир	Выполняют упражнения для развития точности движений;выполняют упражнения для развития пространственно–временной дифференцировки по прямому указанию учителя	Выполняют упражнения для развития пространственно–временной дифференцировки, ориентируясь на образец выполнения учителем
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Подвижная игра с метанием	Участвуют в коррекционной игре по инструкции учителя	Участвуют в игре после инструкции учителя
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 46

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1

Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, мячи, гимнастические палки		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Упражнения с гимнастической палкой		
Цель	Развитие координационных способностей, улучшение гибкости плечевого сустава		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: разнообразить кругозор занимающихся о влиянии гимнастической палки на работу верхнего и нижнего плечевого пояс, учить согласованию движения и дыхания· Коррекционно- развивающие: корректировать осанку, укрепить мышцы спины, живота и поясницы· Коррекционно- воспитательные: формировать морально-волевые качества		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение построений в шеренгу и колонну	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Открытие новых знаний	Выполнение бега в чередовании с ходьбой	Выполняют ходьбу	Чередуют бег и ходьбу

4. Первичное закрепление материала	Выполнение комплекса упражнений с гимнастической палкой	Выполняют упражнения с предметом, ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Выполняют упражнения с предметом, ориентируясь на образец выполнения учителем
5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с бросками и ловлей	Участвуют в коррекционной игре по инструкции учителя	Участвуют в игре после инструкции учителя
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 47

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, обручи
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Упражнения с обручем
Цель	Развитие координационных способностей
Задачи	· Коррекционно- образовательные: учить удерживать обруч и выполнять упражнения с ним, согласованию движения и дыхания· Коррекционно- развивающие: корректировать осанку, укрепить

	мышцы спины, живота и поясницы· Коррекционно- воспитательные: формировать морально-волевые качества		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение ходьбы с хлопками в ладоши	Выполняют двигательные действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Выполняют двигательные действия ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Открытие новых знаний	Выполнение упражнений с обручем	Выполняют упражнения с предметом по прямому указанию учителя	Выполняют упражнения с предметом, ориентируясь на образец выполнения учителем
4. Первичное закрепление материала	Выполнение прыжков с ноги на ногу	Выполняют прыжки после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий)	Выполняют прыжки с ноги на ногу на отрезках
5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с прыжками	Участвуют в коррекционной игре по инструкции учителя	Участвуют в игре после инструкции учителя

6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 48

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	1		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, мячи		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Упражнения с малыми мячами		
Цель	Развитие координационных способностей		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: учить удерживать мяч и выполнять упражнения с ним, согласованию движения и дыхания· Коррекционно- развивающие: развивать ловкость· Коррекционно- воспитательные: формировать морально-волевые качества		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение ходьбы со сменой положений рук	Выполняют двигательные действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Выполняют двигательные действия ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Открытие новых знаний	Повторение размещения «врассыпную»	Размещаются «врассыпную» с помощью учителя	Размещаются «врассыпную»
4. Первичное закрепление материала	Выполнение перекладывания, перебрасывания, подбрасывания, разбрасывания и сбора, броска в пол, стену, вверх	Выполняют упражнения наименьшее количество раз.	Выполняют упражнения с малыми мячами после показа учителем
5. Включение в систему знаний и повторение	Игровые задания на метание колец на шесты	Метают кольца на шесты после инструкции и неоднократного показа учителя	Метают кольца на шесты после инструкции учителя
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 49

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, мячи

Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Упражнения с большими мячами		
Цель	Развитие координационных способностей		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: учить удерживать мяч и выполнять упражнения с ним, согласованию движения и дыхания.· Коррекционно- развивающие: развивать ловкость· Коррекционно- воспитательные: формировать морально-волевые качества		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение ходьбы со сменой положений рук	Выполняют двигательные действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Выполняют двигательные действия ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Открытие новых знаний	Повторение размещения «врассыпную»	Размещаются «врассыпную» с помощью учителя	Размещаются «врассыпную»
4. Первичное закрепление материала	Выполнение перекладывания, подбрасывания, перебрасывания мяча, бросание в пол, в стену и ловля его	Выполняют упражнения наименьшее количество раз	Выполняют упражнения с малыми мячами после показа учителем

5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с прыжками	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 50

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	1		
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Лазание вверх, вниз по гимнастической стенке, не пропуская реек		
Цель	Развитие координации движений		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать навык лазания по гимнастической стенке, закрепить построения и перестроения, разучить комплекс утренней гимнастики.Коррекционно- развивающие: улучшать моторику и координациюКоррекционно- воспитательные: воспитывать смелость		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие	Выполняют построение в шеренгу ориентируясь на зрительно- пространственные опоры. Приветствуют учителя	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно- пространственные опоры. Приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Знакомство с игровыми задания на построение и перестроения	Фиксируют внимание и воспринимают расположениезрительных пространственных опор - ориентиров для выполнения построений и перестроений	Выполняют упражнения по словесной инструкции и показу.Выполняют команды по построению и перестроению по сигналу учителя (при необходимости ориентируются на образец)
3. Открытие новых знаний	Выполнение ходьбы в различном темпе.Освоение разновидностей ходьбы.Выполнение комплекса утренней гимнастики.Определение названия двигательному действию, названия оборудования	Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы.Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Осваивают и выполняют ходьбу по прямой линии на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы с сохранением равновесия на ограниченной поверхности
4. Первичное закрепление материала	Выполнение правильного захвата рейки руками и правильной постановки стопы на гимнастическую стенку	Выполняют лазанье (с помощью учителя, по возможности самостоятельно) по прямому указанию учителя	Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с прыжками	Участвуют в подвижной игре после инструкции и показа учителя	Осваивают и используют игровые умения

6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты

Урок 51

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	1		
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Лазание вверх, вниз по гимнастической стенке, не пропуская реек		
Цель	Развитие координации движений		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать навык лазания по гимнастической стенке, закрепить построения и перестроения, разучить комплекс утренней гимнастики.Коррекционно- развивающие: улучшать моторику и координациюКоррекционно- воспитательные: воспитывать смелость		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие	Выполняют построение в шеренгу ориентируясь на зрительно- пространственные опоры.Приветствуют учителя	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на

			зрительно- пространственные опоры.Приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Знакомство с игровыми задания на построение и перестроения	Фиксируют внимание и воспринимают расположениезрительных пространственных опор - ориентиров для выполнения построений и перестроений	Выполняют упражнения по словесной инструкции и показу.Выполняют команды по построению и перестроению по сигналу учителя (при необходимости ориентируются на образец)
3. Открытие новых знаний	Выполнение ходьбы в различном темпе.Освоение разновидностей ходьбы.Выполнение комплекса утренней гимнастики.Определение названия двигательному действию, названия оборудования	Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы.Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Осваивают и выполняют ходьбу по прямой линии на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы с сохранением равновесия на ограниченной поверхности
4. Первичное закрепление материала	Выполнение правильного захвата рейки руками и правильной постановки стопы на гимнастическую стенку	Выполнение правильного захвата рейки руками и правильной постановки стопы на гимнастическую стенку	Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с прыжками	Участвуют в подвижной игре после инструкции и показа учителя	Осваивают и используют игровые умения
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты

Урок 52

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	1		
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Проползание на четвереньках в медленном темпе по горизонтальной скамейке		
Цель	Формирование навыка ползания по скамейке		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать навык лазания по гимнастической стенке, закрепить построения и перестроения, разучить комплекс упражнений на осанкуКоррекционно- развивающие: улучшать моторику и координацию движенийКоррекционно- воспитательные: воспитывать смелость, решительность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие	Выполняют построение в шеренгу ориентируясь на зрительно- пространственные опоры.Приветствуют учителя	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно- пространственные опоры.Приветствуют учителя

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение ходьбы в чередовании с ходьбой по линии, обозначенной на полу, сохраняя равновесие	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения	Выполняют ходьбу по инструкции учителя
3. Открытие новых знаний	Выполнение упражнений на осанку	Выполняют комплекс упражнений на осанку ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
4. Первичное закрепление материала	Выполнение упора на коленях и на четвереньках, правильное удержание за скамейку	Выполняют ползание по гимнастический скамейке на четвереньках с помощью учителя	Выполняют проползание на четвереньках в медленном темпе по горизонтальной скамейке (самостоятельно)
5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с бросанием и ловлей	Бросают и ловят волейбольные мячи по прямому указанию учителя	Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты

Урок 53

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)

Тема	Проползание на четвереньках в медленном темпе по горизонтальной скамейке		
Цель	Формирование навыка ползания по скамейке		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить навык лазания по гимнастической стенке, повторить построения и перестроения, комплекс упражнений на осанкуКоррекционно- развивающие: улучшать моторику и координацию движенийКоррекционно- воспитательные: воспитывать смелость, решительность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение ходьбы в чередовании с ходьбой по линии, обозначенной на полу, сохраняя равновесие	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения	Выполняют ходьбу по инструкции учителя
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение упражнений на осанку.Выполнение упора на коленях и на четвереньках, правильное удержание за скамейку	Выполняют комплекс упражнений на осанку ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы.Выполняют ползание по гимнастический скамейке на четвереньках с помощью учителя	Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения Выполняют проползание на четвереньках в медленном темпе по горизонтальной скамейке (самостоятельно)

4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Подвижная игра с бросанием и ловлей	Выполняют игровые задания в бросках и ловле волейбольных мячей по прямому указанию учителя	Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 54

Предмет	Адаптивная физическая культура	
Класс	1	
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры	
Тип урока	Урок открытия новых знаний	
Тема	Подлезание под препятствием высотой 40-50 см	
Цель	Формирование навыка подлезания под препятствием	
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать умение подлезать под препятствием, закрепить построение в круг, разучить комплекс упражнений для укрепления мышц туловищаКоррекционно-развивающие: ловкость и координацию движенийКоррекционно- воспитательные: воспитывать смелость, решительность	
Этапы урока	Содержание деятельности	
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся

		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие	Выполняют построение в шеренгу ориентируясь на зрительно- пространственные опоры.Приветствуют учителя	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно- пространственные опоры.Приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение бега в медленном темпе, чередование ходьбы и бега	Выполняют бег в медленном темпе под контролем учителя	Выполняют бег в медленном темпе, чередование ходьбы и бега
3. Открытие новых знаний	Построение в круг.Выполнение упражнений для укрепления туловища	Принимают и передают мяч в круге, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют простые команды по сигналу учителя с одновременным показом способа выполнения перестроения	Выполняют построение в круг по указанию учителя.Выполняют перестроение в круг, взявшись за руки
4. Первичное закрепление материала	Повторение правильного исходного положения для выполнения подлезания под препятствием	Выполняют подлезание под препятствием высотой 40-50 см (с помощью учителя, по возможности самостоятельно)	Выполняют подлезание под препятствием высотой 40-50 см(самостоятельно)
5. Включение в систему знаний и повторение	Коррекционная игра	Участвуют в коррекционной игре, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий	Играют в игру после показа учителем

6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты

Урок 55

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	1		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Подлезание под препятствием высотой 40-50 см		
Цель	Формирование навыка ползания по скамейке		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать умение подлезать под препятствием, повторить построение в круг, комплекс упражнений для укрепления мышц туловищаКоррекционно- развивающие: ловкость и координацию движенийКоррекционно- воспитательные: воспитывать смелость, решительность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение бега в медленном темпе, чередование ходьбы и бега	Выполняют бег в медленном темпе под контролем учителя	Выполняют бег в медленном темпе, чередование ходьбы и бега
3. Включение изученного в систему знаний	Построение в круг.Выполнение упражнений для укрепления туловища.Повторение правильного исходного положения для выполнения подлезания под препятствием	Принимают и передают мяч в круге, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют простые команды по сигналу учителя с одновременным показом способа выполнения перестроения.Выполняют подлезание под препятствием высотой 40-50 см (с помощью учителя, по возможности самостоятельно)	Выполняют построение в круг по указанию учителя.Выполняют перестроение в круг, взявшись за руки. Выполняют подлезание под препятствием высотой 40-50 см(самостоятельно)
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Коррекционная игра	Участвуют в коррекционной игре, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий	Играют в игру после показа учителем
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты

Урок 56

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры

Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Перелезание через препятствие высотой 40-50 см		
Цель	Формирование навыка преодоления препятствий		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать умение перелезать через препятствия, разучить комплекс упражнений для укрепления голеностопных суставов и стопКоррекционно- развивающие: ловкость и координацию движенийКоррекционно- воспитательные: воспитывать смелость, решительность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие	Выполняют построение в шеренгу ориентируясь на зрительно- пространственные опоры.Приветствуют учителя	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно- пространственные опоры.Приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение ходьбы со сменой положения рук	Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя	Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя
3. Открытие новых знаний	Выполнение упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп	Выполняют 3-4 упражнения (по возможности)	Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя
4. Первичное закрепление материала	Выполнение упражнения в перелезании опираясь на предплечья и колени, на животе	Выполняют перелезание через препятствие высотой 40-50 см (с помощью учителя)	Выполняют перелезание через препятствие высотой 40-50 см.

5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с прыжками	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты

Урок 57

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	1		
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Пролезание через гимнастический обруч		
Цель	Формирование навыка преодоления препятствий		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать умение перелезать через препятствия, разучить комплекс упражнений для укрепления голеностопных суставов и стопКоррекционно- развивающие: ловкость и координацию движенийКоррекционно- воспитательные: воспитывать смелость, решительность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие	Выполняют построение в шеренгу ориентируясь на зрительно- пространственные опоры.Приветствуют учителя	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно- пространственные опоры.Приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение ходьбы со сменой положения рук	Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя	Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя
3. Открытие новых знаний	Выполнение упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп	Выполняют упражнения для укрепления голеностопных суставов и стоп меньшее количество раз	Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя
4. Первичное закрепление материала	Выполнение упражнения в перелезании опираясь на предплечья и колени, на животе	Выполняют перелезание через препятствие высотой 40-50 см (с помощью учителя)	Выполняют перелезание через препятствие высотой 40-50 см
5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с прыжками	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты

Урок 58

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1

Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Ходьба по линии на носках, на пятках с различными положениями рук		
Цель	**Укрепление мышц ног для поддержания свода стопы**		
Задачи	Коррекционно- образовательные: учить ходьбе по прямой линии с выполнением различных заданий, закрепить порядок выполнения упражнения комплекса упражненийКоррекционно- развивающие: развивать координацию, ловкостьКоррекционно- воспитательные: формировать умения обучающихся взаимодействовать со сверстниками в игровой деятельности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие	Выполняют построение в шеренгу ориентируясь на зрительно- пространственные опоры.Приветствуют учителя	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры.Приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Подвижная игра с элементами перестроений	Участвуют в подвижной игре	Играют в подвижную игру
3. Открытие новых знаний	Определение названий основных положений рук.Выполнение бега	Выполняют бег в чередовании с ходьбой под контролем	Выполняют бег в чередовании с ходьбой

	в чередовании с ходьбой.Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений	учителя.Выполняют 4-5 упражнений комплекса	
4. Первичное закрепление материала	Выполнение ходьбы с различным положением рук по ограниченной площади.	Выполняют упражнения в равновесии после неоднократного показа учителя, в медленном темпе, с помощью, наименьшее количество раз	Выполняют упражнения на равновесие
5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с бросками и ловлей	Участвуют в подвижной игре по показу учителя	Осваивают и используют игровые умения
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 59

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Ходьба по линии на носках, на пятках с различными положениями рук

Цель	**Укрепление мышц ног для поддержания свода стопы**		
Задачи	Коррекционно- образовательные: учить ходьбе по прямой линии с выполнением различных заданий, закрепить порядок выполнения упражнения комплекса упражненийКоррекционно- развивающие: развивать координацию, ловкостьКоррекционно- воспитательные: формировать умения обучающихся взаимодействовать со сверстниками в игровой деятельности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение бега в медленном темпе, чередование ходьбы и бега	Выполняют бег в медленном темпе под контролем учителя	Выполняют бег в медленном темпе, чередование ходьбы и бега
3. Включение изученного в систему знаний	Построение в круг.Выполнение упражнений для укрепления туловища.Повторение правильного исходного положения для выполнения подлезания под препятствием	Принимают и передают мяч в круге, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют простые команды по сигналу учителя с одновременным показом способа выполнения перестроения.Выполняют подлезание под препятствием высотой 40-50 см (с помощью учителя, по возможности самостоятельно)	Выполняют построение в круг по указанию учителя.Выполняют перестроение в круг, взявшись за руки. Выполняют подлезание под препятствием высотой 40-50 см(самостоятельно)

4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Коррекционная игра	Участвуют в коррекционной игре, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий	Играют в игру после показа учителем
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты

Урок 60

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	1		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Ходьба по гимнастической скамейке прямо, боком с различными положениями рук		
Цель	Формирование умения сохранять равновесие		
Задачи	Коррекционно- образовательные: учить ходьбе по гимнастической скамейке, закрепить порядок выполнения упражнений утренней гимнастикиКоррекционно- развивающие: развивать координацию, ловкостьКоррекционно- воспитательные: смелость, решительность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие	Выполняют построение в шеренгу ориентируясь на зрительно- пространственные опоры.Приветствуют учителя	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры.Приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение ходьбы в колонне по одному с различными заданиями для рук	Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Открытие новых знаний	Построение в круг.Выполнение комплекса утренней гимнастики	Выполняют 3-4 упражнения	Выполняют упражнения по словесной инструкции и показу
4. Первичное закрепление материала	Выполнение приставного шага в сторону на гимнастической скамейке, передвижение прямо, сохраняя равновесие и удерживая положение правильной осанки	Выполняют упражнения в равновесии после неоднократного показа учителя, в медленном темпе, с помощью	Выполняют упражнения в равновесии после неоднократного показа учителя
5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с бегом	Участвуют в подвижной игре по показу учителя	Осваивают и используют игровые умения
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 61

Предмет	Адаптивная физическая культура

Класс	1		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Ходьба по гимнастической скамейке прямо, боком с различными положениями рук		
Цель	Формирование умения сохранять равновесие		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить ходьбу по гимнастической скамейке, закрепить порядок выполнения упражнений утренней гимнастикиКоррекционно- развивающие: развивать координацию, ловкостьКоррекционно- воспитательные: смелость, решительность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение ходьбы в колонне по одному с различными заданиями для рук	Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем

3. Включение изученного в систему знаний	Построение в круг.Выполнение комплекса утренней гимнастики.Выполнение приставного шага в сторону на гимнастической скамейке, передвижение прямо, сохраняя равновесие и удерживая положение правильной осанки	Выполняют 3-4 упражнения. Выполняют упражнения в равновесии после неоднократного показа учителя, в медленном темпе, с помощью	Выполняют упражнения по словесной инструкции и показу.Выполняют упражнения в равновесии после неоднократного показа учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Подвижная игра с бегом	Участвуют в подвижной игре по показу учителя	Играют в игру после показа учителем
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты

Урок 62

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Стойка на одной ноге
Цель	Формирование умения сохранять равновесие

Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить стойку на одной ноге, закрепить бег в медленном темпеКоррекционно- развивающие: развивать координацию, ловкостьКоррекционно- воспитательные: смелость, решительность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие	Выполняют построение в шеренгу ориентируясь на зрительно- пространственные опоры.Приветствуют учителя	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры.Приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение построений в шеренгу, в колонну по одному.Освоение бега в медленном темпе, чередование ходьбы и бега	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений.Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры.Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп, дистанцию во время движения, удерживая правильную осанку во время ходьбы
3. Открытие новых знаний	Удержание равновесия во время выполнения упражнения.	Выполняют упражнения на равновесие с помощью учителя.	Выполняют упражнения на равновесие по показу учителя
4. Первичное закрепление материала	Выполнение упражнений на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища	Выполняют основные положения и движения рук, ног, головы, туловища с наименьшим количеством раз	Выполняют упражнения на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища

5. Включение в систему знаний и повторение	Коррекционная игра на развитие точности движений	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру после инструкции
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 63

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	1		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Стойка на одной ноге		
Цель	Формирование умения сохранять равновесие		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить стойку на одной ноге, закрепить бег в медленном темпе,Коррекционно- развивающие: развивать координацию, ловкостьКоррекционно- воспитательные: смелость, решительность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение построений в шеренгу, в колонну по одному.Освоение бега в медленном темпе, чередование ходьбы и бега.Выполнение упражнений на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений.Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют основные положения и движения рук, ног, головы, туловища с наименьшим количеством раз	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры.Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп, дистанцию во время движения, удерживая правильную осанку во время ходьбы.Выполняют упражнения на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища
3. Включение изученного в систему знаний	Удержание равновесия во время выполнения упражнения	Выполняют упражнения на равновесие с помощью учителя	Выполняют упражнения на равновесие по показу учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Коррекционная игра на развитие точности движений	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру после инструкции
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты

Урок 64

Предмет	Адаптивная физическая культура

Класс	1		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Правила поведения на занятиях по подвижным играм		
Цель	Ознакомление с правилами поведения на уроках по подвижным играм		
Задачи	Коррекционно- образовательные: учить правилам поведения в подвижной игре, повторить построение и ходьбу в колонну по одному, повторить комплекс физкультминуткиКоррекционно- развивающие: развивать пространственно- временную дифференцировку, ловкостьКоррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, решительность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу.Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Беседа о правилах поведения.Выполнение строевых действий, ориентирование в пространстве	Слушают теоретический материал по правилам игр и поведении во время игр с опорой на наглядность (картинки, карточки). Отвечают на вопросы односложно.Выполняют	Слушают теоретический материал по правилам поведения игр с опорой на наглядность.Отвечают на вопросы предложением.Воспринимают и запоминают

		построение в шеренгу и колонну, ориентируясь на образец выполнения обучающимися 2 группыВыполняют общее построение под контролем учителя	расположениезрительных пространственных опор - ориентиров для выполнения построений и перестроений. Выполняют построение в колонну по указанию учителя
3. Открытие новых знаний	Выполнение ходьбы в колонне по одному	Осваивают и выполняют ходьбу в умеренном темпе	Выполняют ходьбу в умеренном темпе
4. Первичное закрепление материала	Выполнение комплекса физкультминутки под музыкальное сопровождение	Выполняют 3-4 упражнения комплекса	Самостоятельно находят свободное место и повторяют упражнения комплекса
5. Включение в систему знаний и повторение	Коррекционная игра	Участвуют в игре по показу и инструкции учителя	Играют в игру по инструкции учителя
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 65

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, музыка для физкультминутки

Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Правила утренней гигиены и их значение для жизни человека		
Цель	Ознакомление с правилами гигиены		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать представление о правилах личной гигиены, разучить комплекс упражнений с малыми мячами, коррекция нарушений осанкиКоррекционно- развивающие: развивать мелкую моторику, ловкостьКоррекционно- воспитательные: воспитывать уверенность в себе, своих силах и возможностях		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу.Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Беседа о правилах личной гигиены.Выполнение строевых действий, ориентирование в пространстве	Слушают, и отвечают на вопросы учителя односложно.Выполняют построение в шеренгу и колонну, ориентируясь на образец выполнения обучающимися 2 группыВыполняют общее построение под контролем учителя	Слушают теоретический материал по правилам поведения игр с опорой на наглядность.Отвечают на вопросы предложением.Выполняют построение в колонну по указанию учителя
3. Открытие новых знаний	Освоение бега с сохранением правильной осанки	Удерживают правильное положение тела во время бега	Удерживают правильное положение тела во время бега

		(с помощью учителя, при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль действий)	
4. Первичное закрепление материала	Выполнение общеразвивающих упражнений с малыми мячами	Выполняют общеразвивающих упражнений с малыми мячами 3-4 упражнения	Выполняют общеразвивающих упражнений с малыми мячами
5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с бегом	Участвуют в игре по показу и инструкции учителя	Играют в игру по инструкции учителя
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 66

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, музыка для физкультминутки
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Подвижная игра «Канатоходец»
Цель	Формирование умения сохранять равновесие на ограниченной поверхности

Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать умение строиться «врассыпную», выполнять упражнения в определенном ритме по объяснению учителя, навык ориентировки в схеме собственного телаКоррекционно- развивающие: развивать пространственно- временную дифференцировку,Коррекционно- воспитательные: воспитывать уверенность в себе, своих силах и возможностях		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу.Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Беседа о правилах личной гигиены.Выполнение строевых действий, ориентирование в пространстве	Слушают, и отвечают на вопросы учителя односложно.Выполняют построение в шеренгу и колонну, ориентируясь на образец выполнения обучающимися 2 группыВыполняют общее построение под контролем учителя	Слушают теоретический материал по правилам поведения игр с опорой на наглядность.Отвечают на вопросы предложением.Выполняют построение в колонну по указанию учителя
3. Открытие новых знаний	Выполнение ходьбы со сменой положений рук	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения наименьшее количество раз	Выполняют ходьбу по указанию учителя

4. Первичное закрепление материала	Повторение размещения «врассыпную»	Размещаются «врассыпную» с помощью учителя	Размещаются «врассыпную»
5. Включение в систему знаний и повторение	Разучивание правил игры.Удержание равновесия при движении, правильное передвижение по канату	Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя)	Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 67

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Подвижная игр «Переправа»
Цель	Формирование умения сохранять равновесие

Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить построения и перестроения, обучать технике выполнения прыжков на двух ногахКоррекционно- развивающие: развивать координацию, ловкостьКоррекционно-воспитательные: смелость, решительность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение построений в шеренгу и колонну.Выполнение ходьбы по ориентирам, начерченным на полу	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений.Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры.Выполняют ходьбу, удерживая правильную осанку.
3. Включение изученного в систему знаний	Передвижение прыжками на двух ногах на скорость	Выполняют упражнения для развития точности движений;выполняют упражнения для развития пространственно–временной дифференцировки по прямому указанию учителя	Выполняют упражнения для развития пространственно–временной дифференцировки, ориентируясь на образец выполнения учителем.Выполняют упражнения на равновесие по показу учителя
4. Применение знаний и умений в новой	Подвижная игра	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру после инструкции

ситуации.Контроль усвоения знаний			
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты

Урок 68

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	1		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Подвижная игра «Разойдись не упади»		
Цель	Развитие и коррекция двигательных функций		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: восполнить дефицит двигательной активности с учётом конкретного дефекта.· Коррекционно- развивающие: **дифференцировать пространственные параметры движения**· Коррекционно- воспитательные: формировать морально-волевые качества		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение построений в шеренгу и колонну	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение ходьбы с хлопками.Выполнение упражнений с волейбольным мячом	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют 3-4 упражнения с мячом	Выполняют ходьбу по показу учителя.Выполняют упражнения по инструкции учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Подвижная игра на повторение движений педагога или ведущего, действие по сигналу, согласно правилам игры	Осваивают и используют игровые умения	Играют в подвижную игру после инструкции
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 69

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1

Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Подвижная игра «Стоп»		
Цель	Развитие и коррекция двигательных функций		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: восполнить дефицит двигательной активности с учётом конкретного дефекта· Коррекционно- развивающие: **дифференцировать пространственные параметры движения**· Коррекционно- воспитательные: формировать морально-волевые качества		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение построений в шеренгу и колонну	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение бега по прямой в шеренге.Выполнение общеразвивающих	Выполняют бег под контролем учителя.Выполняют 3-5 упражнений	Выполняют бег по инструкции. Выполняют комплекс упражнений

	упражнений.Быстрое реагирование на сигнал, взаимодействие с одноклассниками, свободное ориентирование в пространстве		по показу.Выполняют упражнения после инструкции и показа учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Подвижная игра	Осваивают и используют игровые умения	Играют в подвижную игру после инструкции
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 70

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Подвижная игра « Ловушки»
Цель	Развитие и коррекция двигательных функций
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать умение выполнять упражнения в определенном ритме по объяснению учителя, навык ориентировки в схеме собственного телаКоррекционно- развивающие:

	развивать пространственно- временную дифференцировку, ловкость· Коррекционно-воспитательные: воспитывать уверенность в себе, своих силах и возможностях		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение построений в шеренгу и колонну	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Включение изученного в систему знаний	Ходьба с хлопками.Выполнение упражнений с волейбольным мячом	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют 3-4 упражнения с мячом	Выполняют ходьбу по показу учителя.Выполняют упражнения по инструкции учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Подвижная игра на взаимодействие в команде, нахождение себе пар	Участвуют в подвижной игре по показу учителя	Играют в подвижную игру после инструкции

5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 71

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	1		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, шведская стенка		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Подвижная игра «Перемени предмет»		
Цель	Развитие общей моторики		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать умение сохранять равновесие в ходьбе, упражнять в лазании по гимнастической стенкеКоррекционно- развивающие: **развивать ловкость, двигательную реакцию**Коррекционно- воспитательные: формировать умение взаимодействовать с партнером в игре		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение построений в шеренгу и колонну	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение бега в чередовании с ходьбой в колонне по одному.Беседа о значении утренней зарядки.Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений типа зарядки	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Отвечают на вопросы односложно.Выполняют построение в круг с помощью учителя. Перепрыгивают через начерченную линию, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Отвечают на вопросы целым предложением.Выполняют построение в круг и комплекс утренней зарядки по инструкции учителя.Перепрыгивают через начерченную линию после инструкции и показа учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Подвижная игра на внимание	Участвуют в игре по инструкции	Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 72

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1

Материально-техническое обеспечение	Фишки, флажки, маты		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Подвижная игра «Жмурки»		
Цель	Формировать умение быстро принимать решения, быть внимательными и ловкими		
Задачи	Коррекционно- образовательные: учить различным видам ходьбы в колонне, познакомить с упражнениями для развития мышц кистей рук и пальцев, формировать умение ориентироваться в схеме собственного телаКоррекционно- развивающие: быстроту, ловкостьКоррекционно- воспитательные: воспитывать сознательность, организованность, умение работать в команде		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение построений в шеренгу и колонну	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем

3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение различных видов ходьбы в колонне.Выполнение ходьбы со сменой положений рук.Ознакомление с упражнениями для развития мышц кистей рук и пальцев.Выполнение приставных шагов в сторону, ориентирование в пространстве	Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем своде стопы.Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя. Выполнение упражнений наименьшее количество раз	Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы.Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя.Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Подвижная игра на ориентирование в пространстве	Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя)	Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 73

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1
Материально-техническое обеспечение	Фишки

Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Подвижная игра «Горелки»		
Цель	Формирование умения быстро принимать решения, быть внимательными и ловкими		
Задачи	Коррекционно- образовательные: учить правилам игры, повторить построение «врассыпную», формировать умение ориентироваться в схеме собственного телаКоррекционно- развивающие: развивать быстроту, обогащать словарный запасКоррекционно- воспитательные: воспитывать сознательность, организованность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение построений в шеренгу и колонну	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение ходьбы со сменой положений рук.Повторение размещения «врассыпную».Ознакомление с правилами игры.Разучивание	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения наименьшее количество раз.	Выполняют ходьбу по указанию учителя.Размещаются «врассыпную». Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя

	речитатива.Подвижная игра с бегом	Размещаются «врассыпную» с помощью учителя.Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя)	
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Подвижная игра с бегом	Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя)	Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 74

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1

Материально-техническое обеспечение	Фишки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Подвижная игра «Два мороза»		
Цель	Формирование навыков коллективного взаимодействия и соблюдения правил игр		
Задачи	1. Коррекционно- образовательные: повторить упражнения в движении, формировать умение сохранять равновесие при ходьбе при выполнении упражнений, слушать сигнал и действовать в соответствии с нимКоррекционно- развивающие: координацию движений, ловкость, вниманиеКоррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплину, организованность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение построений в шеренгу и колонну	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем

3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение ходьбы со сменой положений рук.Повторение размещения «врассыпную».Ознакомление с правилами игры.Разучивание речитатива	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения наименьшее количество раз. Размещаются «врассыпную» с помощью учителя	Выполняют ходьбу по указанию учителя.Размещаются «врассыпную»
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Подвижная игра с бегом	Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя)	Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 75

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1
Материально-техническое обеспечение	Фишки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)

Тема	Подвижная игра «Краски»		
Цель	Формирование умения менять направление во время бега, развитие ловкости		
Задачи	2. Коррекционно- образовательные: повторить упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев, слушать сигнал и действовать в соответствии с нимКоррекционно- развивающие: развивать быстроту, смекалкуКоррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплину, организованность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение построений в шеренгу и колонну	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение ходьбы со сменой положений рук.Ознакомление с упражнениями для развития мышц кистей рук и пальцев	Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют 3-4 упражнения	Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют упражнения по словесной инструкции и показу
4. Применение знаний и умений в новой	Подвижная игра	Участвуют в игре по инструкции учителя	Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя

ситуации.Контроль усвоения знаний			
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 76

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	1		
Материально-техническое обеспечение	Фишки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Подвижная игра «Хитрая лиса»		
Цель	Формирование умения менять направление во время бега, развитие ловкости		
Задачи	3. Коррекционно- образовательные: повторить упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев, слушать сигнал и действовать в соответствии с нимКоррекционно- развивающие: развивать быстроту, смекалкуКоррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплину, организованность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение построений в шеренгу и колонну	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение бега в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражненийРазучивание слов речитатива	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога.Выполняют построение в круг с помощью учителя. Выполняют коррегирующие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Выполняют построение в круг и комплекс утренней зарядки по инструкции учителя.Выполняют коррегирующие упражнения без предметов после показа учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Быстрое реагирование на сигнал, быстрое преодоление отрезков на скорость в подвижной игре	Участвуют в игре по инструкции учителя	Играют в подвижную игру после инструкции
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 77

Предмет	Адаптивная физическая культура

Класс	1		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Подвижная игра « Коршун и наседка»		
Цель	Формирование умения сохранять равновесие		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить построения и перестроения, обучать технике выполнения прыжков на двух ногахКоррекционно- развивающие: развивать координацию, ловкостьКоррекционно-воспитательные: смелость, решительность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение построений в шеренгу и колонну.Выполнение ходьбы по ориентирам, начерченным на полу	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений.Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры.Выполняют ходьбу, удерживая правильную осанку.

		выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение обыкновенной ходьбы в чередовании с ходьбой по линии, обозначенной на полу, сохраняя равновесие.Выполнение упражнений на осанку	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения.Выполняют 3-4 упражнения	Выполняют ходьбу по инструкции учителя.Выполняют упражнения по словесной инструкции и показу
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Подвижная игра	Участвуют в игре по инструкции учителя	Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя
4. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты

Урок 78

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Подвижная игра «Перемена мест»
Цель	Развитие и коррекция двигательных функций

Задачи	· Коррекционно- образовательные: восполнить дефицит двигательной активности с учётом конкретного дефекта.· Коррекционно- развивающие: **дифференцировать пространственные параметры движения**· Коррекционно- воспитательные: формировать морально-волевые качества		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение построений в шеренгу и колонну	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение ходьбы со сменой положений рук.Ознакомление с упражнениями для развития мышц кистей рук и пальцев Выполнение приставных шагов в сторону, ориентирование в пространстве	Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя.Выполнение упражнений наименьшее количество раз	Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя.Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Подвижная игра на ориентирование в пространстве	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя

5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 79

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	1		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Подвижная игра «Не оставайся на полу»		
Цель	Формирование умения сохранять равновесие на ограниченной поверхности		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: формирование умения взбираться на препятствия, ориентировки в пространстве· Коррекционно- развивающие: развивать ловкость, быстроту· Коррекционно-воспитательные: формировать умения чётко и организованно работать в группе, чувство товарищества и взаимопомощи		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение построений в шеренгу и колонну	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение бега по залу врассыпную, запрыгивание на кубы, скамейки без помощи рук, спрыгивание с них легко на носки, полусогнутые ноги, выполнение действий по сигналу	Осваивают и используют игровые умения (по возможности)	Осваивают и используют игровые умения
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Подвижная игра по выбору детей	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 80

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1

Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Подвижная игра «Стой»		
Цель	Формирование умения быстро принимать решения, быть внимательными и ловкими		
Задачи	Коррекционно- образовательные: учить правилам игры, повторить упражнения в бросках и ловле волейбольного мяча, формировать навык ориентировки в схеме собственного телаКоррекционно-развивающие: развивать быстроту, обогащать словарный запасКоррекционно- воспитательные: воспитывать сознательность, организованность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение построений в шеренгу и колонну	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем

3. Включение изученного в систему знаний	Повторение счета до 5.Выполнение упражнений в бросках и ловле волейбольного мяча, после броска товарища, быстрое реагирование на сигнал водящего	Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя)	Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Выполнение игровых заданий с волейбольным мячом	Выполняют игровые задания под контролем учителя	Самостоятельно выполняют игровые задания
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 81

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Коррекционная подвижная игра «Совушка»

Цель	Развитие пространственно- временной дифференцировки		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить правила игры, повторить упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев, формирование навыка ориентировки в пространствеКоррекционно- развивающие: развивать ловкость, мелкую моторикуКоррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение построений в шеренгу и колонну	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение ходьбы со сменой положений рук.Повторение упражнений для развития мышц кистей рук и пальцев.Ориентирование в пространстве.Подвижная игра	Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя.Выполнение упражнений наименьшее количество раз.Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя.Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя. Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя

4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Подвижная игра	Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя	Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 82

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Коррекционная подвижная игра «Фигуры»
Цель	Развитие пространственно- временной дифференцировки
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить правила игры, повторить упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев, формирование навыка ориентировки в схеме собственного телаКоррекционно-развивающие: развивать ловкость, мелкую моторикуКоррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность
Этапы урока	Содержание деятельности

	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение построений в шеренгу и колонну	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение ходьбы со сменой положений рук.Повторение размещения «врассыпную».Ознакомление с правилами игры	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения наименьшее количество раз. Размещаются «врассыпную» с помощью учителя	Выполняют ходьбу по указанию учителя.Размещаются «врассыпную»
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Подвижная игра	Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя	Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 83

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	1		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Коррекционная подвижная игра «Проползи не урони»		
Цель	Формирование навыка ползания в игровой деятельности		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить правила игры, формирование двигательного навыкаКоррекционно- развивающие: развивать ловкость, общую моторикуКоррекционно-воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение построений в шеренгу и колонну	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем

		выполнения обучающихся 2 группы)	
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение ходьбы со сменой положений рук.Повторение размещения «врассыпную».Ознакомление с правилами игры	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения наименьшее количество раз. Размещаются «врассыпную» с помощью учителя	Выполняют ходьбу по указанию учителя.Размещаются «врассыпную»
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Подвижная игра	Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя	Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 84

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)

Тема	Коррекционная подвижная игра «Крокодил»		
Цель	Развитие координации движений		
Задачи	Коррекционно- образовательные: выполнять движения в соответствии с текстом, управлять силой своего голоса, умение действовать по сигналуКоррекционно- развивающие: развивать реакцию, внимательность, ловкость, быстроту и координацию движения.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение построений в шеренгу и колонну	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение ходьбы со сменой положений рук.Закрепление упражнений для развития мышц кистей рук и пальцев.Выполнение приставных шагов в сторону, ориентирование в пространстве	Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя.Выполнение упражнений наименьшее количество раз	Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя.Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя

4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Подвижная игра взаимодействие в коллективе	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 85

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Коррекционная подвижная игра «Перелет птиц»
Цель	Развитие пространственно- временной дифференцировки
Задачи	Коррекционно- образовательные: ознакомить с правилами игры, повторить упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев, формирование навыка ориентировки в пространствеКоррекционно-развивающие: развивать ловкость, мелкую и крупную моторикуКоррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность
Этапы урока	Содержание деятельности

	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение построений в шеренгу и колонну	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение ходьбы со сменой положений рук.Повторение упражнений для развития мышц кистей рук и пальцев.Ориентирование в пространстве	Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя.Выполнение упражнений наименьшее количество раз	Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя.Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Взбирание на предметы приподнятые над полом (землей), выполнение лазания по гимнастической стенке	Осваивают и используют игровые умения с помощью учителя	Осваивают и используют игровые умения по инструкции
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 86

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	1		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Коррекционная подвижная игра «Охотники и зайцы»		
Цель	Формирование навыка метания мяча в цель		
Задачи	Коррекционно- образовательные: ознакомить с правилами игры, повторить упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев, формирование навыка перелазания (перепрыгивания) через препятствиеКоррекционно- развивающие: развивать ловкость, общую моторикуКоррекционно-воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение построений в шеренгу и колонну	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем

		выполнения обучающихся 2 группы)	
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение бега в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога.Выполняют упражнения наименьшее количество раз	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Выполнение метания в подвижную цель, перелезание (перепрыгивание) через препятствие	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 87

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Коррекционная подвижная игра «Волк во рву»

Цель	Формирование навыка преодоления препятствий		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить правила игры, формирование двигательного навыкаКоррекционно- развивающие: развивать ловкость, прыгучестиКоррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение построений в шеренгу и колонну	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение ходьбы со сменой положений рук.Повторение размещения «врассыпную».Ознакомление с правилами игры	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения наименьшее количество раз. Размещаются «врассыпную» с помощью учителя	Выполняют ходьбу по указанию учителя.Размещаются «врассыпную».Осваивают и используют игровые умения

4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Выполнение действий согласно правилам игры, перепрыгивание через препятствие	Осваивают и используют игровые умения с помощью учителя	Осваивают и используют игровые умения
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 88

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Коррекционная подвижная игра «Кто самый меткий»
Цель	Формирование навыка метания мяча в цель
Задачи	Коррекционно- образовательные: ознакомить с правилами игры, повторить упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев, формировать навык метанияКоррекционно- развивающие: развивать ловкость, общую моторикуКоррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность
Этапы урока	Содержание деятельности

	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение построений в шеренгу и колонну	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение бега в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога.Выполняют упражнения наименьшее количество раз	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Выполнение действий согласно правилам игры, метание в цель	Выполняют упражнения с мячом по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий	Выполняют упражнения после инструкции и показа учителя
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 89

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	1		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Коррекционная подвижная игра «Лягушка и цапля»		
Цель	Развитие пространственно- временной дифференцировки		
Задачи	Коррекционно- образовательные: ознакомить с правилами игры, повторить упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев, формирование навыка ориентировки в пространствеКоррекционно-развивающие: развивать ловкость, координацию движенийКоррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение построений в шеренгу и колонну	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем

		выполнения обучающихся 2 группы)	
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение ходьбы со сменой положений рук.Повторение правил игры	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Осваивают и используют игровые умения	Выполняют ходьбу по показу.Осваивают и используют игровые умения
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Удержание равновесия при движении	Выполняют упражнения на удержание равновесия под контролем педагога	Выполняют упражнения на удержание равновесия по показу и после инструкции педагога
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 90

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Коррекционная подвижная игра «Кто дальше бросит»

Цель	Формирование навыка метания мяча на дальность		
Задачи	Коррекционно- образовательные: ознакомить с правилами игры, повторить комплекса утренней гимнастикиКоррекционно- развивающие: развивать ловкость, координацию движенийКоррекционно-воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение построений в шеренгу и колонну	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение ходьбы в колонне по одному с различными заданиями для рук.Построение в круг.Выполнение комплекса утренней гимнастики	Выполняют ходьбу в колонне, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют построение в круг с помощью учителя	Выполняют ходьбу в колонне по одному с различными заданиями для рук по показу учителя.Выполняют построение в круг и комплекс утренней зарядки по инструкции учителя
4. Применение знаний и умений в новой	Правильное удержание предмета, бросание предмета вдаль правой и левой рукой, двумя руками	Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на	Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя

ситуации.Контроль усвоения знаний		поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя)	
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 91

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Коррекционная подвижная игра «Кто дальше бросит»
Цель	Формирование навыка метания мяча на дальность
Задачи	Коррекционно- образовательные: ознакомить с правилами игры, повторить комплекса утренней гимнастикиКоррекционно- развивающие: развивать ловкость, координацию движенийКоррекционно-воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность
Этапы урока	Содержание деятельности

	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение построений в шеренгу и колонну	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение ходьбы в колонне по одному с различными заданиями для рук.Построение в круг.Выполнение комплекса утренней гимнастики	Выполняют ходьбу в колонне, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют построение в круг с помощью учителя	Выполняют ходьбу в колонне по одному с различными заданиями для рук по показу учителя.Выполняют построение в круг и комплекс утренней зарядки по инструкции учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Правильное удержание предмета, бросание предмета вдаль правой и левой рукой, двумя руками	Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя)	Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя

5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 92

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	1		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Коррекционная подвижная игра «Через ручей»		
Цель	Формирование навыка преодоления препятствий		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить правила игры, формирование двигательного навыкаКоррекционно- развивающие: развивать ловкость, прыгучестиКоррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение построений в шеренгу и колонну	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение бега в чередовании с ходьбой в колонне по одному.Беседа о значении утренней зарядки.Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений типа зарядки	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога.Отвечают на вопросы односложно.Выполняют построение в круг с помощью учителя	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Отвечают на вопросы целым предложением.Выполняют построение в круг и комплекс утренней зарядки по инструкции учителя.
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Перепрыгивание через ручеёк, отталкиваясь двумя ногами и мягко приземляясь, сгибая колени	Осваивают и используют игровые умения под контролем педагога	Осваивают и используют игровые умения
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 93

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы

Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Коррекционная подвижная игра «Через ручей»		
Цель	Формирование навыка преодоления препятствий		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить правила игры, формирование двигательного навыкаКоррекционно- развивающие: развивать ловкость, прыгучестиКоррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение построений в шеренгу и колонну	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение бега в чередовании с ходьбой в колонне по одному.Беседа о значении утренней зарядки.Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений типа зарядки	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога.Отвечают на вопросы односложно.Выполняют построение в круг с помощью учителя	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Отвечают на вопросы целым предложением.Выполняют построение в круг и комплекс утренней зарядки по инструкции учителя

4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Перепрыгивание через ручеёк, отталкиваясь двумя ногами и мягко приземляясь, сгибая колени	Осваивают и используют игровые умения под контролем педагога	Осваивают и используют игровые умения
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 94

Предмет	Адаптивная физическая культура	
Класс	1	
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы	
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)	
Тема	Коррекционная подвижная игра «Пингвины»	
Цель	Формирование навыка прыжка на двух ногах с продвижением	
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить правила игры, формировать двигательный навык, закрепить общеразвивающие упражненияКоррекционно- развивающие: развивать ловкость, прыгучестиКоррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность	
Этапы урока	Содержание деятельности	
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся

		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение построений в шеренгу и колонну	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение бега по прямой в шеренге.Выполнение общеразвивающих упражнений	Выполняют упражнения с мячом по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий и операций в последовательности их выполнения, под пооперационным (пошаговым) контролем учителя (при необходимости)	Выполняют упражнения после инструкции и показа учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Выполнение прыжков до зрительного ориентира на двух ногах с мячом, зажатым между колен, стараясь не потерять мяч, приземляясь на обе ноги	Выполняют прыжки под пооперационным (пошаговым) контролем учителя (при необходимости)	Выполняют прыжки после инструкции и показа учителя
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 95

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	1		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Ходьба в колонне по одному по кругу. Ходьба с различными положениями рук		
Цель	**Освоение техники ходьбы в разном темпе**		
Задачи	Коррекционно- образовательные: ознакомить с техникой ходьбы в различном темпе, разучить комплекс утренней гимнастики, подвижную игру с бегомКоррекционно- развивающие: развить чувство ритма, ловкость, координационные способности, умение согласовывать движенияКоррекционно-воспитательные: формировать умения обучающихся взаимодействовать со сверстниками в игровой деятельности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Построение в колонну и перестроение в шеренгу	Выполняют построение в шеренгу и колонну, ориентируясь на образец	Выполняют построение в шеренгу и колонну

		выполнения обучающимися 2 группы	
3. Открытие новых знаний	Выполнение ходьбы с сохранением правильной осанки, в затылок друг другу и осуществление зрительного контроля за дистанцией	Выполняют ходьбу в колонне по одному по кругу зала, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы.	Выполняют ходьбу в колонне по одному в обход зала за учителем
4.Первичное закрепление материала	Выполнение ходьбы с различными положениями рук	Выполняют ходьбу с различными положениями рук	Выполняют ходьбу с различными положениями рук по показу
5. Включение в систему знаний и повторение	Разучивание подвижной игры с бегом	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру по инструкции учителя
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 96

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы
Тип урока	Урок открытия новых знаний

Тема	Бег правым, левым боком вперед		
Цель	Формирование представлений о разных способах передвижения		
Задачи	Коррекционно- образовательные: создать представление о технике бега боком, повторить упражнения для укрепления голеностопных суставов и стопКоррекционно- развивающие: развивать точность и координацию движенийКоррекционно- воспитательные: развивать умение контролировать двигательные действия		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие.Построение в шеренгу	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Перестроение в шеренгу, в колонну по одному	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений. Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры
3. Открытие новых знаний	Выполнение ходьбы со сменой положения рук.Сохранение положения правильной осанки во время выполнения бега	Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя	Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя

4.Первичное закрепление материала	Выполнение упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп	Выполняют упражнения на точность движения ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя. Удерживают правильное положение тела во время ходьбы и бега
5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с прыжками	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру по инструкции учителя
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 97

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Толчком двух ног прыжок вверх, доставая предмет
Цель	Развитие взрывной силы ног, равновесия и координации
Задачи	Коррекционно- образовательные: разучить прыжковые упражнения, повторить ходьбу с хлопками, продолжить знакомство с упражнениями развития мышц кистей рук и пальцевКоррекционно-

	развивающие: укреплять связки, улучшать работу суставовКоррекционно- воспитательные: воспитывать смелость, находчивость		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие.Построение в шеренгу	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение ходьбы с хлопками	Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Выполняют ходьбу в колонне по одному с различными заданиями для рук по показу учителя
3. Открытие новых знаний	Освоение прыжков вверх толчком двух ног	Выполняют прыжки после инструкции и неоднократного показа учителя.Подпрыгивают вверх, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Выполняют прыжки после инструкции и показа учителя
4. Первичное закрепление материала	Выполнение упражнений для укрепления мышц ног	Выполнение упражнений для укрепления мышц ног с наименьшим количеством раз	Выполнение упражнений для укрепления мышц ног по показу учителя
5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с элементами лазания	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру по инструкции учителя

6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 98

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	1		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Прыжок в глубину с гимнастической скамейки		
Цель	Развитие взрывной силы ног, равновесия и координации		
Задачи	Коррекционно- образовательные: разучить прыжковые упражнения, повторить ходьбу с хлопками, продолжить знакомство с упражнениями развития мышц кистей рук и пальцевКоррекционно-развивающие: укреплять связки, улучшать работу суставовКоррекционно- воспитательные: воспитывать смелость, находчивость		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Приветствие.Построение в шеренгу	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение ходьбы с хлопками	Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Выполняют ходьбу в колонне по одному с различными заданиями для рук по показу учителя
3. Открытие новых знаний	Освоение мягкого приземления после прыжка	Выполняют прыжок в глубину с гимнастической скамейки, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Выполняют прыжки после инструкции и показа учителя;удерживают правильное положение тела в процессе выполнения прыжков
4. Первичное закрепление материала	Выполнение упражнений для укрепления мышц ног	Подпрыгивают вверх, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Выполняют прыжки после инструкции и показа учителя
5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с метанием	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру по инструкции учителя
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 99

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	1

Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, мячи для большого тенниса		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Метание малого мяча с места в цель		
Цель	Формирование представлений о технике метания мячей		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать представление о техники метания мячей, познакомить с правильным захватом малого мяча, повторить комплекс общеразвивающих упражненийКоррекционно-развивающие: развивать мелкую моторикуКоррекционно- воспитательные: воспитывать умение взаимодействовать с одноклассниками в игровой деятельности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Выполнение бега по прямой в шеренге	Выполняют бег под контролем учителя	Выполняют бег после инструкции, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры
3. Открытие новых знаний	Выполнение бега по прямой в шеренге.Выполнение общеразвивающих упражнений.Ознакомление с названием мяча для метания	Выполняют бег под контролем учителя. Выполняют 3-5 упражнений	Выполняют бег после инструкции, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры

4. Первичное закрепление материала	Освоение произвольного метания малого мяча в цель	Выполняют различные виды метания малых мячей после инструкции и неоднократного показа учителя	Выполняют захват и удержание различных предметов для выполнения метания после инструкции и показа учителя
5. Включение в систему знаний и повторение	Игры с элементами общеразвивающих упражнений	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру по инструкции учителя
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее ФАООП УО, вариант (1), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. №1026 (http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202212300059) и адресована обучающимся с нарушением интеллекта с учетом реализации особых образовательных потребностей.

Также основой нормативно-правовой базы являются следующие документы:

- Методические рекомендации «Организация образования обучающихся с нарушениями интеллекта с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий», г. Москва, 2026 год;

- АООП, 1 вариант, 2 вариант МКОУ «Ножовская школа-интернат VIII вида», разработанной, 31.08.2023 г.;

-Учебный план МКОУ «Ножовская школа-интернат VIII вида», утвержденный 31.08.2026 года;

-Календарный учебный график на 2026-2027 учебный год, утвержденный приказом от 17.08.2026 ОД-100.

Учебный предмет «Адаптивная физическая культура» относится к предметной области «Физическая культура» и является обязательной частью учебного плана. В соответствии с учебным планом рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 2 классе рассчитана на 34 учебные недели и составляет 102 часов в год (3 часа в неделю).

Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа определяет цель и задачи учебного предмета «Адаптивная физическая культура».

Цель обучения – всестороннее развитие личности обучающихся с нарушением интеллекта в процессе приобщения их к физической культуре, коррекция недостатков психофизического развития, расширение индивидуальных двигательных возможностей, социальной адаптации.

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 2 классе определяет следующие задачи:

– формирование у обучающихся представлений о физической культуре, ее значении для здорового образа жизни;

– знакомство обучающихся с техникой выполнения простейших движений в процессе различных физических упражнений;

– формирование умения принимать необходимые исходные положения по словесной инструкции учителя;

– формирование умения правильно пользоваться лыжным инвентарем, выполнять строевые команды с лыжами и на лыжах;

– формирование умения принимать правильную осанку в основной стойке, при ходьбе, а также сидя, лежа;

– формирование умения не задерживать дыхание при выполнении упражнений;

– формирование умения сохранять равновесие при движении по гимнастической скамейке;

– формирование умений придерживаться и выполнять правила подвижных игр;

– воспитание уверенности в себе, своих силах.

II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

Уроки адаптивной физической культуры направлены на укрепление здоровья, физическое развитие обучающихся с нарушением интеллекта, способствуют формированию у них правильной осанки, физической выносливости.

На уроках по предмету «Адаптивная физическая культура» учитель широко использует различные методы обучения: словесные (рассказ, беседа, объяснение), наглядные (показ, демонстрация), практические (выполнение упражнения, подвижные игры и др.)

Коррекция недостатков психического и физического развития с учетом возрастных особенностей обучающихся второго класса с нарушением интеллекта предусматривает:

- обогащение чувственного опыта;

- коррекцию и развитие сенсомоторной сферы;

- формирование и развитие навыков общения, предметно-практической и познавательной деятельности.

Содержание программы отражено в разделах: "Знания о физической культуре" (знания о физической культуре формируются у обучающихся с нарушением интеллекта на занятиях гимнастикой, легкой атлетикой, в процессе подвижных игр), "Гимнастика", "Легкая атлетика", "Игры", «Лыжная подготовка». Каждый из перечисленных разделов включает некоторые теоретические сведения и материал для практической подготовки обучающихся.

Использование разнообразных средств и методов обучения адаптивной физической культуре служит стимулятором повышения двигательной активности школьников, влияет на удовлетворение их потребностей в игре, общении, способствует развитию познавательных способностей обучающихся с нарушением интеллекта.

В проект программы включены уроки лыжной подготовки. С учетом региональных особенностей вместо лыжной подготовки могут проводиться учебные занятия на открытом воздухе: гимнастика, легкая атлетика, игры, катание на коньках.

Таблица 1. Основные разделы учебного предмета «Адаптивная физическая культура»

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов
1	Гимнастика	23
2	Легкая атлетика	35
3	Лыжная подготовка	18
4	Игры	26
	Итого	102

III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты

• Сформированность адекватных представлений о собственных возможностях:

– умения оценивать совместно с учителем результаты своих действий и действий одноклассников.

• Овладение социально-бытовыми умениями и навыками, используемыми в повседневной жизни:

– умения пользоваться, полученными практическими навыками на уроках адаптивной физкультуры в повседневной жизни.

• Овладение элементарными умениями и навыками коммуникации, принятыми нормами социального взаимодействия в нем:

– умения называть свое имя, фамилию, приветствовать педагогов и одноклассников, прощаться с ними, взаимодействовать на уроках;

• Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей:

– соблюдение правил поведения обучающихся в школе;

– умения слушать и выполнять инструкции учителя в процессе получения результата своей деятельности.

– Принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;

– положительное отношение и проявление интереса к занятиям по адаптивной физической культуре;

– принятие и освоение новой социальной роли ученика, проявление интереса к учебной деятельности.

• Сформированность навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях:

– умения согласованно и продуктивно работать в группах, в процессе подвижных игр.

• Развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей:

– проявление чувств доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи к сверстникам.

• Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, на положительный результат, бережное отношение к материальным и духовным ценностям:

– знания и соблюдение элементарных правил обращения с инвентарём и оборудованием, соблюдение требования техники безопасности на уроках адаптивной физкультуры.

• Формирование самостоятельности:

– владение социально-бытовыми умениями на уроках адаптивной физкультуры и в повседневной жизни.

Уровни достижения

предметных результатов по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» на конец 2 класса

Предметные результаты

минимальный уровень

• имеет элементарные представления о физической культуре как средстве укрепления здоровья человека, физического развития и физической подготовки;

• имеет первоначальные представления о значении физической культуры для укрепления здоровья человека;

• умеет выполнять простые инструкции учителя;

• имеет представление о видах двигательной деятельности;

• умеет выполнять комплекс упражнений (с помощью учителя);

• владеет начальными двигательными умениями: бег, прыжки и метание.

• соблюдает основные правила поведения на уроке;

• знает некоторые правила бережного обращения с инвентарём и оборудованием, соблюдает требования техники безопасности в процессе участия в физкультурно- спортивных мероприятиях.

достаточный уровень

• имеет первоначальные представления о значении физической культуры для укрепления здоровья человека;

• владеет элементарными навыками наблюдения за своим физическим состоянием;

• имеет элементарные представления об основных физических качествах (сила, быстрота, выносливость, гибкость);

• владеет базовыми элементами гимнастики, легкой атлетики, подвижных игр;

• выполняет основные двигательные действия в соответствии с заданием учителя: ходьба, бег, прыжки, лазание;

• знает и применяет основные правила поведения и техники безопасности на уроке, знает и соблюдает правила использования спортивного инвентаря в основных видах двигательной активности и применяет их в практической деятельности;

• умеет выполнять команды учителя по словесной инструкции;

• умеет выполнять упражнения для разминки, самостоятельно выполняет комплекс утренней гимнастики;

• умеет сочетать дыхание с движением во время бега;

• уметь держать постоянный темп в беге;

• способен пробежать от 300 до 500 м (без остановки).

Результаты формирования базовых учебных действий:

Личностные учебные действия:

На основе общих представлений и отдельных понятий (знаниевый компонент):

• начинает осознавать себя учеником, заинтересованным посещением школы, обучением, занятиями, членом семьи, одноклассником, другом;

• выделяет на доступном уровне социальное окружение, свое место в нем;

• положительно относится к окружающей действительности, выражает готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию;

• имеет элементарные представления об окружающем мире в единстве его природной и социальной частей;

• проявляет частичную самостоятельность (в том числе, работает по показу, по образцу) в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей;

• начинает понимать личную ответственность за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в ближнем окружении (в школе, в классе);

• проявляет готовность к безопасному и бережному поведению в природе и обществе.

Коммуникативные учебные действия:

Во взаимодействии, организованным по инициативе взрослого или учителя:

• вступает в контакт и работает в коллективе (учитель−ученик, ученик–ученик, ученик–класс, учитель−класс);

• использует принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;

• обращается за помощью и принимает помощь;

• слушает и понимает инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности;

• сотрудничает со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;

• доброжелательно относится, сопереживает, конструктивно взаимодействует с людьми (со сверстниками и взрослыми);

• договаривается и изменяет свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях взаимодействия с окружающими.

Регулятивные учебные действия:

В совместной со взрослым или учителем деятельности:

• соблюдает ритуалы школьного поведения (поднимает руку, встает и выходит из-за парты и т. д.);

• принимает цели и под контролем взрослого включается в деятельность, следует предложенному плану и работает в общем темпе;

• активно участвует в деятельности, осуществляет контроль и оценивает свои действия и действия одноклассников;

• соотносит свои действия и их результаты с заданными образцами, принимает оценку деятельности, оценивает ее с учетом предложенных критериев, корректирует свою деятельность с учетом выявленных недочетов.

Познавательные учебные действия:

В совместной, организованной учителем учебной деятельности:

• выделяет некоторые существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов;

• устанавливает видо-родовые отношения предметов;

• делает простейшие обобщения, сравнивает, классифицирует на наглядном материале;

• пользуется доступными знаками, символами, предметами-заместителями;

• читает; пишет; выполняет арифметические действия в рамках учебной программы;

• наблюдает за предметами и явлениями окружающей действительности;

• работает с несложной по содержанию и структуре информацией (понимает изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу, предъявленные на бумажных электронных носителях).

IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Тема учебного занятия	Кол-во часов	Программное содержание	Дифференциация видов деятельности	
				Минимальный уровень	Достаточный уровень
Легкая атлетика					
1	Правила поведения на уроках физической культуры (техника безопасности)	1	Тренировочные упражнения в быстром переодевании и аккуратном складывании одежды. Построение парами. Передвижение парами в спортивный зал. Беседа о правилах поведения на уроках физкультуры. Подвижная игра (с элементами общеразвивающих упражнений).	Переодевают и складывают форму с помощью учителя. Выполняют общее построение под контролем учителя. Передвигаются к месту занятий. Слушают объяснение и рассматривают помещение и оборудование спортивного зала (с помощью учителя). Слушают инструктаж и зрительно воспринимают образец поведения на уроках физической культуры (техника безопасности). Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Самостоятельно готовятся к уроку. Выполняют построение в колонну по указанию учителя. Передвигаются в колонне за учителем. Слушают объяснение и рассматривают помещение и оборудование спортивного зала; слушают инструктаж и зрительно воспринимают образец поведения на уроках физической культуры (техника безопасности). Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
2	Форма одежды на уроке физической культуры и личная гигиена. Ходьба в колонне	1	Построение в шеренгу по росту. Беседа о форме одежды на уроках физической культуры и личной гигиене. Передвижение, исполнение команд в колонне сохраняя дистанцию и равнение в затылок. Бег в чередовании с ходьбой. Подвижная игра (на внимание).	Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Выполняют построение (с помощью педагога). Отвечают на вопросы учителя. Передвигаются в колонне бегом в чередовании с ходьбой по указанию учителя. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).	Самостоятельно готовятся к уроку физической культуры (одевают и убирают физкультурную форму). Отвечают на вопросы учителя. Выполняют построение и перестроение в шеренгу, колонну, круг, осваивают строевые действия в шеренге и колонне. Осваивают правила игры. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).

3	Ходьба с изменением скорости	1	Построение в шеренгу. Повороты на месте налево и направо (переступанием). Ритмичная ходьба с сохранением заданного темпа ходьбы. Общеразвивающие упражнения. Подвижная игра (с бегом).	Выполняют простые виды построений, осваивают на доступном уровне строевые действия в шеренге и колонне (с помощью учителя). Выполняют 4-5 упражнений. Выполняют ходьбу с изменением скорости. Участвуют в подвижной игре (по инструкции и показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий).	Выполняют построения и перестроения в шеренгу, колонну, осваивают действия в шеренге и колонне. Выполняют ходьбу с изменением скорости. Выполняют комплекс упражнений. Участвуют в подвижной игре (после инструкции и показа учителя).
4	Бег в колонне по прямой и со сменой направлений (по ориентирам)	1	Построение в шеренгу. Подвижная игра (с элементами перестроений). Бег с высоким подниманием бедра с сохранением дистанции и правильной осанки. Комплекс упражнений. Подвижная игра (с элементами общеразвивающих упражнений).	Выполняют простые команды по сигналу учителя с одновременным показом способа выполнения построения и перестроения. Осваивают бег в колонне по прямой и со сменой направлений по ориентирам. Выполняют комплекс упражнений (с помощью учителя). Участвуют в подвижной игре (после инструкции и показа учителя).	Выполняют команды по построению и перестроению по сигналу учителя (при необходимости ориентируются на образец). Осваивают бег в колонне по прямой и со сменой направлений по ориентирам. Выполняют комплекс упражнений. Участвуют в подвижной игре.
5	Прыжки на одной ноге на месте, с продвижением вперед, в стороны	1	Общеразвивающие упражнения с малыми мячами. Подпрыгивания в заданном направлении. Подвижная игра (с метанием).	Выполняют общеразвивающие упражнения. Ориентируются в направлении движений с помощью педагога. Прыгают на двух ногах с продвижением вперед. Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют общеразвивающие упражнения (после инструкции и по показу педагога). Выполняют прыжки в заданном направлении, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
6	Быстрый бег на скорость 20-30 м	1	Построение в шеренгу. Общеразвивающие упражнения.	Выполняют построение в шеренгу (с помощью учителя). Осваивают быстрый бег, ориентируясь на образец	Выполняют построение в шеренгу по сигналу учителя.

			Бег по прямой. Правила техники безопасности во время выполнения упражнений в паре. Подвижная игра (с элементами общеразвивающих упражнений).	выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя. Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют бег по прямой. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
7	Прыжки в высоту	1	Различные виды ходьбы в колонне. Общеразвивающие упражнения (с флажками). Перенос гимнастических матов. Прыжки в высоту. Подвижная игра (с метанием).	Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем своде стопы. Выполняют 5-6 упражнений с флажками. Выполняют прыжки после инструкции и неоднократного показа учителем (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий). Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы. Выполняют комплекс упражнений с флажками. Выполняют прыжки (после инструкции и показа учителя). Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
8	Ускорения до 30 м	1	Ходьба с различными положениями рук. Перестроение в круг. Упражнения для укрепления мышц голеностопных суставов и стоп. Выполнение ускорений на дистанции 30 м. Подвижная игра (с прыжками).	Выполняют ходьбу с различными положениями рук, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Осваивают построение в круг (с помощью учителя). Выполняют 3-4 упражнения. Выполняют бег на скорость по прямому указанию учителя. Участвуют в подвижной игре (по показу учителя).	Выполняют ходьбу с различными положениями рук по показу учителя. Выполняют построение в круг. Выполняют упражнения для укрепления мышц голеностопных суставов и стоп. Выполняют бег на скорость. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).

9	Медленный бег (до 1-2 мин)	1	Ходьба с хлопками. Выполнение равномерного бега по длинной дистанции. Общеразвивающие упражнения (с флажками). Выполнение прыжков в высоту. Подвижная игра (с метанием).	Осваивают и выполняют ходьбу удерживают правильное положение тела во время бега (с помощью учителя, при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий). Выполняют комплекс упражнений с флажками (с помощью учителя). Участвуют в подвижной игре (по показу учителя).	Выполняют ходьбу по сигналу учителя. Выполняют медленный бег в колонне. Выполняют комплекс упражнений с флажками (по показу учителя). Выполняют прыжки (после инструкции и показа учителя). Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
10	Бег с преодолением простейших препятствий	1	Построение в шеренгу, в колонну (по одному). Упражнения на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища. Бег с препятствиями. Подвижная игра (на развитие точности движений).	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений. Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют основные положения и движения рук, ног, головы, туловища. Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно- пространственные опоры. Выполняют упражнения на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища. Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп, дистанцию во время движения, удерживая правильную осанку во время ходьбы. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
11	Челночный бег 3х10 м, тестирование	1	Построение в две колонны. Челночный бег. Упражнения для укрепления мышц ног. Подвижная игра (с элементами лазания).	Выполняют медленный бег за наиболее физически развитым обучающимся из 2 группы, ориентируясь на его пример (образец). Осваивают челночный бег (по показу учителя).	Выполняют бег в колонне в заданном направлении, с сохранением дистанции, равнением в затылок. Осваивают челночный бег (по показу учителя).

				Осваивают упражнения для укрепления мышц ног. Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют упражнения. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
12	Прыжок в глубину	1	Подвижная игра (с элементами перестроений). Бег в чередовании с ходьбой. Комплекс общеразвивающих упражнений. Выполнение прыжков в глубину. Подвижная игра (с бросками и ловлей мяча).	Участвуют в подвижной игре. Выполняют бег в чередовании с ходьбой под контролем учителя. Выполняют 4-5 упражнений комплекса. Выполняют прыжки после инструкции и неоднократного показа учителя. Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Участвуют в подвижной игре. Выполняют бег в чередовании с ходьбой. Выполняют прыжки в глубину после инструкции и показа учителя. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
13-14	Прыжок с 3-5 беговых шагов в длину с разбега	2	Бег в чередовании с ходьбой. Выполнение общеразвивающих упражнений (с малыми мячами). Производное метание малого мяча. Прыжок в длину с разбега. Подвижная игра.	Выполняют бег в чередовании с ходьбой. Выполняют упражнения с мячом после неоднократного показа и по прямому указанию учителя. Произвольно метают мячи после инструкции и неоднократного показа учителя. Участвуют в подвижной игре.	Выполняют бег в чередовании с ходьбой. Выполняют упражнения с мячом после показа учителя. Произвольно метают мячи после инструкции учителя. Участвуют в подвижной игре.
15	Метание большого мяча двумя руками (из-за головы).	1	Бег по коридорчику. Принятие правильного положение во время метания, выполнение метания большого мяча способом из-за головы. Подвижная игра (с бегом).	Выполняют бег по коридорчику с помощью учителя. Выполняют метание большого мяча двумя руками из-за головы, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2	Выполняют бег по коридорчику. Выполняют метание большого мяча двумя руками из-за головы после инструкции учителя. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).

				группы. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).	
16	Чередование бега и ходьбы по сигналу	1	Построения в шеренгу, в колонну (по одному). Бег в медленном темпе, чередование ходьбы и бега. Упражнения на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища. Подвижная игра (на развитие точности движений).	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений. Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения. Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно- пространственные опоры. Выполняют упражнения на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища. Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп, дистанцию во время движения, удерживая правильную осанку во время ходьбы. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
17	Прыжки в высоту с шага	1	Выполнение различных видов ходьбы в колонне. Общеразвивающие упражнения (с флажками). Знакомство с переноской гимнастических матов. Выполнение прыжка в высоту. Подвижная игра (с метанием).	Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем своде стопы. Выполняют 5-6 упражнений с флажками. Выполняют прыжки после инструкции и неоднократного показа учителем (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий). Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы. Выполняют комплекс упражнений с флажками. Выполняют прыжки после инструкции и показа учителя. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
Гимнастика					
18	Значение физических упражнений для здоровья человека	1	Беседа о значении физических упражнений. Выполнение строевых действий, ориентирование в пространстве. Подвижная игра.	Просматривают видеоматериал по теоретическим вопросам адаптивной физической культуры. Отвечают на вопросы учителя. Выполняют строевые	Просматривают видеоматериал по теоретическим вопросам адаптивной физической культуры. Отвечают на вопросы учителя. Выполняют строевые упражнения и упражнения на ориентировку в пространстве.

				упражнения и упражнения на ориентировку в пространстве (с помощью учителя). Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
19	Правила поведения на уроках (занятия гимнастикой)	1	Подвижная игра (с элементами построений). Беседа о правилах поведения и предупреждения травматизма во время занятий. Метание малого мяча в цель. Подвижная игра (с элементами лазания).	Участвуют в подвижной игре. Слушают инструктаж и зрительно воспринимает образец поведения на уроках физической культуры (техника безопасности). Осваивают метание мяча в цель по показу и прямому указанию учителя. Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя). Слушают инструктаж и зрительно воспринимает образец поведения на уроках физической культуры (техника безопасности). Метают мяч в цель (по показу и прямому указанию учителя).
20	Перестроение из шеренги в круг	1	Простейшие перестроения. Бег с изменением направления. Комплекс упражнений утренней гимнастики. Прыжки с высоты. Подвижная игра.	Выполняют перестроения по показу учителя. Выполняют комплекс упражнений. Прыгают с высоты с мягким приземлением. Участвуют в игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют перестроения по сигналу/ команде учителя, ориентируюсь на зрительно- пространственные опоры. Выполняют комплекс упражнений. Прыгают с высоты с мягким приземлением. Участвуют в игре (по инструкции учителя).
21	Перестроение из колонны по одному в шеренгу по одному, размыкание на вытянутые руки	1	Выполнение организующих строевых команд и приемов. Ходьба со сменой положений рук. Упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев.	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор - ориентиров для выполнения построений и перестроений	Выполняют команды по построению и перестроению по сигналу учителя (при необходимости ориентируются на образец). Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют

			Приставные шаги в сторону, ориентирование в пространстве. Подвижная игра (с метанием).	Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют 3-4 упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев. Участвуют в подвижной игре (по показу учителя).	упражнения по словесной инструкции и показу. Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).
22	Основные положения и движения рук, ног, туловища, головы: асимметричные движения рук	1	Построения в шеренгу, в колонну (по одному). Бег в медленном темпе, чередование ходьбы и бега. Упражнения на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища. Подвижная игра (на развитие точности движений).	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений. Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют основные положения и движения рук, ног, головы, туловища. Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно- пространственные опоры. Выполняют упражнения на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища. Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп, дистанцию во время движения, удерживая правильную осанку во время ходьбы. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
23	Дыхание во время ходьбы и бега	1	Бег в чередовании с ходьбой (в колонне по одному). Построение в круг. Общеразвивающие упражнения. Тренировочные упражнения на дыхание (во время ходьбы, бега, проговаривание звуков на выдохе). Подвижная игра (на внимание).	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному (под контролем педагога). Выполняют построение в круг с помощью учителя. Выполняют упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя. Участвуют в игре (по инструкции учителя).	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Выполняют построение в круг и комплекс общеразвивающих упражнений (по инструкции учителя). Выполняют тренировочные упражнения после показа учителя. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).

24	Лазание вверх, вниз по гимнастической стенке, не пропуская реек	1	Игровые задания на построение и перестроение. Ходьба в разном темпе. Виды ходьбы. Комплекс упражнений утренней гимнастики. Захват рейки руками и постановка стопы на гимнастическую стенку. Подвижная игра (с прыжками).	Выполняют игровые задания. Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют лазанье (с помощью учителя, по возможности самостоятельно). Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют игровые задания. Демонстрируют ходьбу по прямой линии на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы с сохранением равновесия на ограниченной поверхности. Выполняют упражнения комплекса утренней гимнастики. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения. Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).
25	Ползание на четвереньках в медленном темпе по горизонтальной гимнастической скамейке	1	Обыкновенная ходьба в чередовании с ходьбой по линии. Комплекс упражнений на осанку. Упор на коленях и на четвереньках, правильное удержание за скамейку. Подвижная игра (с бросками и ловлей мяча).	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения. Выполняют комплекс упражнений (с помощью учителя). Выполняют ползание по гимнастический скамейке на четвереньках с помощью учителя. Бросают и ловят волейбольные мячи по прямому указанию учителя в процессе подвижной игры.	Выполняют ходьбу по инструкции учителя. Выполняют комплекс упражнений. Выполняют ползание на четвереньках в медленном темпе по горизонтальной скамейке (самостоятельно). Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).
26	Упражнения с гимнастическими палками	1	Построения в шеренгу и колонну. Бег в чередовании с ходьбой. Комплекс упражнений с гимнастической палкой.	Выполняют задания по построению и перестроению. Выполняют упражнения с предметом, ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы).	Выполняют задания по построению и перестроению. Выполняют упражнения с предметом, ориентируясь на образец выполнения учителем. Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).

			Подвижная игра (с бросками и ловлей мяча).	Участвуют в игре (по инструкции учителя).	
27	Упражнения для расслабления мышцц	1	Построения в шеренгу, в колонну (по одному). Чередование ходьбы и бега. Комплекс упражнений для расслабления мышц. Подвижная игра (на развитие точности движений).	Выполняют задания по построению и перестроению. Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения для расслабления мышц. Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя. Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп, дистанцию во время движения, удерживая правильную осанку во время ходьбы. Выполняют упражнения для расслабления мышц. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
28	Тренировка дыхания	1	Бег в чередовании с ходьбой (в колонне по одному). Тренировочные упражнения на дыхание (во время ходьбы, бега, проговаривание звуков на выдохе). Подвижная игра (с прыжками).	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Получают элементарные сведения о правилах дыхания во время ходьбы и бега. Выполняют упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя. Участвуют в игре (по инструкции учителя).	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Получают элементарные сведения о правилах дыхания во время ходьбы и бега. Выполняют упражнения после показа учителя. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
29	Ходьба по линии на носках, на пятках с различными положениями рук	1	Комплекс упражнений в движении. Комплекс упражнений на сохранение равновесия в ходьбе. Лазание по гимнастической стенке. Подвижная игра (с прыжками и бегом).	Выполняют комплекс упражнений (с помощью учителя). Выполняют ходьбу по линии на носках, на пятках с различными положениями рук по показу учителя. Выполняют лазание на небольшую высоту. Участвуют в игре (по инструкции учителя). .	Выполняют комплекс упражнений по показу учителя. Выполняют ходьбу по линии на носках, на пятках с различными положениями рук. Выполняют лазание. Участвуют в игре (по инструкции учителя).

30	Упражнения для развития ориентировки в пространстве	1	Ориентирование в пространстве при выполнении перестроений и построений (по ориентирам). Подвижная игра (с метанием и ловлей).	Выполняют комплекс упражнений, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют комплекс упражнений по инструкции и показу учителя. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
31	Упражнения для развития точности движений	1	Построение в шеренгу и колонну. Ходьба (по ориентирам, начерченным на полу). Прыжок в длину с места (толчком двух ног в начерченный ориентир). Подвижная игра (с бегом).	Выполняют построение в шеренгу и ходьбу (по показу и инструкции учителя). Выполняют прыжки в длину (с помощью учителя). Участвуют в игре (по инструкции учителя).	Выполняют построение в шеренгу и ходьбу (по инструкции учителя). Выполняют прыжки в длину. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
32	Упражнения для укрепления мышц туловища	1	Ходьба в колонне по одному с различными заданиями для рук. Комплекс упражнений на укрепление мышц туловища. Подвижная игра (с прыжками).	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения на укрепление мышц туловища по прямому указанию учителя. Участвуют в игре (по инструкции учителя).	Выполняют ходьбу по указанию учителя. Выполняют упражнения на укрепление мышц туловища, ориентируясь на образец выполнения учителем. Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).
33	Подлезание под препятствием высотой 40-50 см	1	Бег в медленном темпе, чередование ходьбы и бега. Построение в круг. Комплекс упражнений для укрепления туловища. Повторение исходного положения для выполнения подлезания под препятствием. Подвижная игра.	Выполняют бег в медленном темпе под контролем учителя. Принимают и передают мяч в круге, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют комплекс упражнений (по показу учителя). Выполняют подлезание под препятствием высотой 40-50 см (с	Выполняют бег в медленном темпе, чередование ходьбы и бега. Выполняют построение в круг по указанию учителя. Выполняют перестроение в круг, взявшись за руки. Выполняют комплекс упражнений для укрепления туловища.

				помощью учителя, по возможности самостоятельно). Участвуют в игре, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий.	Выполняют подлезание под препятствием высотой 40-50 см(самостоятельно). Играют в подвижную игру после показа учителем.
34	Перелезание через препятствие высотой 40-50 см	1	Ходьба со сменой положения рук. Комплекс упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп. Упражнения в перелезании препятствия. Подвижная игра (с прыжками).	Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя. Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя. Выполняют перелезание через препятствие высотой 40-50 см (с помощью учителя, по возможности самостоятельно). Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя. Выполняют упражнения. Выполняют перелезание через препятствие высотой 40-50 см. Играют в подвижную игру (по показу и инструкции учителя).
35	Ходьба по гимнастической скамейке	1	Ходьба с выполнением упражнений (с различными движениями рук). Комплекс упражнений на укрепление кистей рук и пальцев. Прохождение по гимнастической скамейке, сохраняя равновесие. Подвижная игра.	Выполняют ходьбу по указанию учителя. Выполняют комплекс упражнений (с помощью учителя). Выполняют ходьбу по гимнастической скамейке прямо, правым, левым боком с различными положениями рук, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют ходьбу по указанию учителя. Выполняют комплекс упражнений. Выполняют ходьбу по гимнастической скамейке прямо, правым, левым боком с различными положениями рук. Играют в подвижную игру (по инструкции учителя).
36	Комплекс упражнений с гимнастической скакалкой	1	Ходьба с прыжками. Выполнение общеразвивающих упражнений (в колонне по одному в движении). Комплекс упражнений со скакалкой: удержание,	Выполняют ходьбу по указанию учителя. Выполняют общеразвивающие упражнения по показу учителя.	Выполняют ходьбу по указанию учителя. Выполняют общеразвивающие упражнения.

			складывание, завязывание скакалки. Выполнение прыжков через скакалку.	Выполняют доступные упражнения со скакалкой.	Выполняют упражнения комплекс упражнений со скакалкой: удержание, складывание, завязывание скакалки. Выполняют прыжки через скакалку.
37	Упражнения для формирования правильной осанки	1	Ходьба (с различными положениями рук за учителем и за направляющим). Выполнение общеразвивающих упражнений с малыми мячами. Подвижная игра (с бегом).	Выполняют ходьбу (с различными положениями рук за учителем и за направляющим) сохраняя правильную осанку. Выполняют упражнения с малыми мячами (с помощью учителя). Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют ходьбу (с различными положениями рук за учителем и за направляющим) сохраняя правильную осанку. Выполняют упражнения с малыми мячами (после показа учителем). Играют в подвижную игру (по инструкции учителя).
38	Упражнения с малыми мячами	1	Бег в чередовании с ходьбой. Комплекс упражнений с малыми мячами: перекладывание, подбрасывание, перебрасывание мяча, бросание в пол, в стену и ловля его. Подвижная игра (с элементами общеразвивающих упражнений).	Выполняют бег в чередовании с ходьбой под контролем учителя. Выполняют упражнения с малыми мячами по прямому указанию учителя. Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют бег в чередовании с ходьбой. Выполняют упражнения с малыми мячами. Играют в подвижную игру (по показу и инструкции учителя).
39	Стойка на одной ноге	1	Построения в шеренгу, в колонну (по одному). Освоение бега в медленном темпе, чередование ходьбы и бега. Упражнения на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища.	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений. Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения на	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно- пространственные опоры. Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп, дистанцию во время движения, удерживая правильную осанку во время ходьбы.

			Удержание равновесия во время выполнения упражнения. Подвижная игра (на развитие точности движений).	основные положения и движения рук, ног, головы, туловища. Выполняют упражнения на равновесие (с помощью учителя). Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют упражнения на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища. Выполняют упражнения на равновесие (по показу учителя). Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
40	Упражнения с большим мячом	1	Бег в чередовании с ходьбой. Комплекс упражнений с большим мячом: перекладывание, подбрасывание, перебрасывание мяча, бросание в пол, в стену и ловля его. Подвижная игра (с прыжками).	Выполняют бег в чередовании с ходьбой под контролем учителя. Выполняют упражнения с большим мячом по прямому указанию учителя. Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют бег в чередовании с ходьбой. Выполняют упражнения с большим мячом, ориентируясь на образец выполнения учителем. Играют в подвижную игру (по инструкции учителя)..
Игры					
41-42	Игры: «Ловишка», «Салки»	2	Ходьба со сменой положения рук. Комплекс упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп. Игровые упражнения (в беге в различных направлениях на скорость, не наталкиваясь друг на друга, действие по сигналу и согласно правилам игры).	Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя. Выполняют упражнения (по инструкции и показу учителя). Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя).	Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя. Выполняют упражнения. Выполняют игровые упражнения, участвуют в подвижных игре (после инструкции и показа учителя).
43-44	Игры на развитие внимания, памяти, точности движений:	2	Ходьба с хлопками. Комплекс упражнений с волейбольным мячом. Игровые задания (в	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют 5-6 упражнения с мячом.	Выполняют ходьбу.

	«Школа мяча», «Сбей кеглю»		бросках и ловле мяча из разных положений, двумя руками, правой и левой рукой).	Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют упражнения по инструкции учителя. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
Лыжная подготовка – 18					
45	Одежда и обувь для занятий лыжной подготовкой, техника безопасности на лыжне	1	Беседа о подготовке к занятию лыжами: одежда и обувь, основные требования к технике безопасности. Тренировочные упражнения по подбору и одеванию одежды и обуви для занятий. Подвижная игра (с бегом).	Рассматривают одежду и обувь лыжника, лыжный инвентарь. Отвечают на вопросы учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога форму для занятий лыжной подготовкой. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).	Самостоятельно готовятся к уроку физической культуры. Отвечают на вопросы учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога форму для занятий лыжной подготовкой. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
46-47	Подготовка инвентаря для занятий лыжами	2	Тренировочные упражнение в одевании и закреплении креплений. Построение с лыжами в шеренгу. Передвижение с лыжами в колонне по одному с соблюдением техники безопасности. Передвижение ступающим шагом.	Одевают самостоятельно или с помощью педагога форму для занятий лыжной подготовкой, подбирают лыжи и палки с помощью учителя, передвигаются к месту занятий в колонне.	Самостоятельно готовятся к уроку физической культуры, подбирают лыжи и палки, передвигаются к месту занятий. Выполняют передвижение ступающим шагом..
48	Построение в шеренгу по одному с лыжами в руках	1	Определение своего места в строю, построение в шеренгу, выполнение команд с лыжами в руках. Передвижение ступающим шагом.	Выполняют строевые действия с лыжами по сигналу учителя, передвигаются к месту занятий под контролем учителя. Передвигаются ступающим шагом по лыжне.	Выполняют строевые действия по сигналу учителя, передвигаются к месту занятий, соблюдая технику безопасности при передвижении в колонне с лыжами. Передвигаются ступающим шагом по лыжне.

49	Построение в шеренгу на лыжах	1	Выполнение построений в шеренгу на лыжах. Передвижение ступающим шагом.	Выполняют строевые действия с лыжами по сигналу учителя, передвигаются к месту занятий под контролем учителя. Выполняют строевые команды по сигналу учителя. Передвигаются ступающим шагом по лыжне.	Выполняют строевые действия по сигналу учителя, передвигаются к месту занятий, соблюдая технику безопасности при передвижении в колонне с лыжами. Выполняют строевые команды по сигналу учителя. Передвигаются ступающим шагом по лыжне.
50	Выполнение команд с лыжами в руках	1	Выполнение построений с лыжами в руках. Тренировочные упражнения на закрепление выполнения команд: «Становись!», «Равняйсь!», «Смирно!», «Вольно!». Передвижение ступающим шагом.	Выполняют строевые команды с лыжами в руках по сигналу учителя. Выполняют передвижение ступающим шагом	Выполняют строевые команды с лыжами в руках по сигналу учителя. Выполняют передвижение ступающим шагом.
51	Выполнение команд на лыжах	1	Выполнение построений с лыжами в руках. Выполнение команд: «В колонну по одному на лыжах без палок, марш!». Передвижение ступающим шагом.	Выполняют строевые команды на лыжах сигналу учителя. Выполняют передвижение ступающим шагом.	Выполняют строевые команды на лыжах сигналу учителя. Выполняют передвижение ступающим шагом.
52	Передвижение в колонне по одному с лыжами в руках	1	Выполнение построений с лыжами в шеренгу. Передвижение с лыжами в колонне по одному с соблюдением техники безопасности. Передвижение ступающим шагом. Сохранение дистанции в колонне с лыжами в руках.	Выполняют строевые команды с лыжами. Передвигаются колонне по одному с лыжами в руках Выполняют передвижение ступающим шагом.	Выполняют строевые команды с лыжами по сигналу учителя. Передвигаются колонне по одному с лыжами в руках. Выполняют передвижение ступающим шагом.

53-55	Передвижение в колонне по одному на лыжах без палок	3	Выполнение построений с лыжами и передвижение к месту занятий. Передвижение в колонне по одному без палок (сохраняя безопасную дистанцию).	Выполняют строевые команды с лыжами и строевые действия на лыжах по образцу. Выполняют передвижение (в колонне по одному) на лыжах без палок.	Выполняют строевые команды с лыжами и строевые действия на лыжах. Выполняют передвижение в колонне по одному на лыжах без палок.
56-60	Ходьба на лыжах ступающим шагом без палок (по кругу друг за другом)	5	Выполнение построений с лыжами в шеренгу. Передвижение с лыжами в колонне по одному (с соблюдением техники безопасности). Выполнение передвижений на лыжах ступающим шагом, сохраняя равновесие, Спуск с горы на лыжах и подъем ступающим шагом.	Выполняют строевые команды с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами в руках. Передвигаются на лыжах ступающим шагом.	Выполняют строевые команды с лыжами по сигналу учителя. Передвигаются колонне по одному с лыжами в руках. Передвигаются на лыжах ступающим, скользящим шагом. Выполняют спуск с горы на лыжах и подъем ступающим шагом.
61-62	Прохождение на лыжах за урок от 0,5 до 0,6 км	2	Выполнение построений с лыжами в шеренгу. Передвижение с лыжами в колонне по одному (с соблюдением техники безопасности). Преодоление дистанции.	Выполняют строевые команды с лыжами по сигналу учителя. Передвигаются колонне по одному с лыжами в руках. Преодолевают дистанцию в произвольном темпе.	Выполняют строевые команды с лыжами по сигналу учителя. Передвигаются колонне по одному с лыжами в руках. Преодолевают дистанцию в быстром темпе.
Игры					
63	Правила закаливания	1	Беседа об основных правилах и средств закаливания. Выполнение общеразвивающих упражнений (в колонне по одному в движении). Подвижная игра.	Слушают объяснение педагога по теме с четким смысловыми акцентами и опорой на наглядность. Отвечают на вопросы учителя. Выполняют упражнения по показу и инструкции учителя. Участвуют в подвижной игре (под контролем учителя).	Слушают объяснение педагога по теме с четким смысловыми акцентами и опорой на наглядность. Отвечают на вопросы учителя. Выполняют комплекс упражнений. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).

64	Техника безопасности и правила поведения	1	Беседа о правилах поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями. Комплекс упражнений для утренней зарядки. Подвижная игра (с бегом и прыжками).	Отвечают на вопросы учителя. Выполняют упражнения. Выполняют комплекс упражнений утренней гимнастики. Участвуют в подвижной игре. (по показу и инструкции учителя).	Отвечают на вопросы предложениями. Выполняют комплекс упражнений по показу и инструкции учителя. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
65-67	Игры с элементами общеразвивающих упражнений	3	Ходьба с хлопками. Комплекс упражнений с волейбольным мячом. Подвижная игра (на повторение движений педагога или ведущего, действие по сигналу, согласно правилам игры).	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют 3-4 упражнения с мячом. Участвуют в подвижной игре.	Выполняют ходьбу по показу учителя. Выполняют упражнения по инструкции учителя. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
68	Игра с бросанием и ловлей мяча: «Бросить и поймать»	1	Бег в чередовании с ходьбой (в колонне по одному). Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений. Подвижная игра (подбрасывание мяча, его ловля, бег).	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Выполняют построение в круг с помощью учителя и комплекс упражнений. Участвуют в игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Выполняют построение в круг и комплекс общеразвивающих упражнений (по инструкции учителя). Участвуют в подвижной игре.
69	Подвижная игра «Бездомный заяц»	1	Ходьба со сменой положений рук. Упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев. Подвижная игра.	Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя. Выполняют комплекс упражнений (по инструкции и показу учителя). Участвуют в игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя. Выполняют упражнения. Участвуют в подвижной игре.

70	Подвижная игра с прыжками «Скок, поскок…»	1	Бег в чередовании с ходьбой (в колонне по одному). Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений. Подвижная игра (на выполнение ритмичной ходьбы, прыжков).	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Выполняют построение в круг с помощью учителя. Выполняют общеразвивающие упражнения после неоднократного показа (по прямому указанию учителя). Осваивают и используют элементарные игровые технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником).	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Выполняют построение в круг и комплекс общеразвивающих упражнений (по инструкции учителя). Осваивают и используют элементарные игровые технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником).
71	Подвижная игра на развитие координации «Не намочи ноги»	1	Комплекс упражнений в движении. Комплекс упражнений на сохранение равновесия в ходьбе. Лазание по гимнастической стенке. Подвижная игра (на сохранение равновесия, выполнение действий согласно правилам игры).	Выполняют комплекс упражнений (с помощью учителя). Выполняют ходьбу по линии на носках, на пятках с различными положениями рук по показу учителя. Выполняют лазание на небольшую высоту. Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют комплекс упражнений по показу учителя. Выполняют ходьбу по линии на носках, на пятках с различными положениями рук. Выполняют лазание. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
72	Подвижные игры с бегом: «Пустое место»	1	Различные виды ходьбы в колонне. Общеразвивающие упражнения (с флажками). Знакомство с переноской гимнастических матов. Прыжок в высоту. Подвижная игра (с бегом на скорость).	Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем своде стопы. Выполняют 5-6 упражнений с флажками. Выполняют прыжки после инструкции и неоднократного показа учителем (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий).	Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы. Выполняют комплекс упражнений с флажками. Выполняют прыжки после инструкции и показа учителя. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).

				Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	
73	Эстафета с предметами	1	Подвижная игра (с элементами перестроений). Бег в чередовании с ходьбой. Комплекс общеразвивающих упражнений. Эстафета с предметами.	Участвуют в игре. Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Выполняют комплекс упражнений. Участвуют в соревновательной деятельности по возможности (участвуют в эстафете).	Участвуют в игре. Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Выполняют комплекс упражнений. Участвуют в соревновательной деятельности (участвуют в эстафете).
74	Подвижная игра. «День и ночь»	1	Ходьба с хлопками. Равномерный бег на длинной дистанции. Комплекс упражнений со скакалкой. Игровые действия (соблюдение правил игры).	Осваивают и выполняют ходьбу удерживают правильное положение тела во время бега (с помощью учителя, при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий). Выполняют комплекс упражнений со скакалкой. Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют ходьбу по сигналу учителя. Выполняют бег в колонне. Выполняют комплекс упражнений со скакалкой по показу учителя. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
75	Игры и строевые упражнения: «Воробьи и вороны»	1	Комплекс упражнений в движении. Комплекс упражнений на сохранение равновесия в ходьбе. Игровые действия.	Выполняют комплекс упражнений (с помощью учителя). Выполняют ходьбу по линии на носках, на пятках с различными положениями рук по показу учителя. Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют комплекс упражнений по показу учителя. Выполняют ходьбу по линии на носках, на пятках с различными положениями рук. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).

76	Игра с метанием мяча «Передай мяч»	1	Обыкновенная ходьба в чередовании с ходьбой по линии, обозначенной на полу (сохраняя равновесие). Комплекс упражнений на осанку. Ползание по гимнастической скамейке. Подвижная игра (с бросками и ловлей мяча).	Выполняют ходьбу, ориентируясь на показ учителя. Выполняют упражнения. Выполняют ползание по гимнастический скамейке на четвереньках с помощью учителя. Передают волейбольные мячи по прямому указанию учителя.	Выполняют ходьбу по инструкции учителя. Выполняют комплекс упражнений на осанку. Выполняют проползание на четвереньках по горизонтальной скамейке (самостоятельно). Играют в подвижную игру (по показу и инструкции учителя).
77	Игры на развитие выносливости	1	Бег в чередовании с ходьбой. Комплекс упражнений с большим мячом: перекладывание, подбрасывание, перебрасывание мяча, бросание в пол, в стену и ловля его. Подвижная игра.	Выполняют бег в чередовании с ходьбой под контролем учителя. Выполняют упражнения с большим мячом по прямому указанию учителя. Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют бег в чередовании с ходьбой. Выполняют упражнения с большим мячом, ориентируясь на образец выполнения учителем. Играют в подвижную игру (по показу и инструкции учителя).
78	Эстафеты на развитие координации	1	Подвижная игра (с элементами перестроений). Бег в чередовании с ходьбой. Комплекс общеразвивающих упражнений. Эстафета с предметами.	Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя). Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. Участвуют в соревновательной деятельности по возможности (участвуют в эстафете).	Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя). Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Участвуют в соревновательной деятельности (участвуют в эстафете).
79	Передача предметов	1	Ходьба с прыжками. доставая рукой ленточки. Общеразвивающие упражнения (в колонне по одному, в движении). Комплекс упражнений со	Выполняют ходьбу с прыжками по указанию учителя. Выполняют упражнения. Выполняют упражнения со скакалкой (после неоднократного показа, по прямому	Выполняют ходьбу по указанию учителя. Выполняют упражнения в движении по показу учителя. Выполняют упражнения со скакалкой (после показа учителя).

			скакалкой: удержание, складывание, завязывание скакалки. Игровые задания в передаче предметов.	указанию учителя). Выполняют игровые задания в передаче предметов с помощью учителя.	Выполняют игровые задания в передаче предметов.
80	Переноска предметов, спортивного инвентаря	1	Бег в чередовании с ходьбой. Комплекс общеразвивающих упражнений. Правила переноски предметов и спортивного инвентаря.	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному (под контролем педагога). Выполняют упражнения. Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют ходьбу по указанию учителя. Выполняют упражнения в движении по показу учителя. Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).
81	Подвижная игра «Перелет птиц»	1	Подвижная игра с элементами залезания на спортивное оборудование, приподнятое над полом (землей), лазание по гимнастической стенке.	Участвуют в подвижной игре по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция).	Участвуют в подвижной игре (после инструкции и показа учителя).
82	Удары мяча о пол, о стенку и ловля его двумя руками	1	Бег в чередовании с ходьбой (в колонне по одному). Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений типа зарядки. Подвижная игра (с мячом).	Выполняют бег в чередовании с ходьбой (в колонне по одному под контролем педагога). Выполняют построение в круг и упражнения (с помощью учителя). Участвуют в игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют бег в чередовании с ходьбой (в колонне по одному). Выполняют построение в круг и комплекс утренней зарядки по инструкции учителя. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
83	Перекатывание мяча (вперед, вправо, влево, стоя, сидя)	1	Ходьба с прыжками. Выполнение общеразвивающих упражнений (в колонне по одному в движении). Комплекс упражнений со	Выполняют ходьбу по указанию учителя.	Выполняют ходьбу по указанию учителя. Выполняют упражнения в движении.

			скакалкой: удержание, складывание, завязывание скакалки. Игровые задания (в перекатывании мяча).	Выполняют упражнения в движении (по показу учителя). Выполняют упражнения со скакалкой (после неоднократного показа по прямому указанию учителя). Выполняют игровые задания.	Выполняют упражнения со скакалкой. Выполняют игровые задания.
84	Эстафета с мячом	1	Подвижная игра (с элементами перестроений). Бег в чередовании с ходьбой. Комплекс общеразвивающих упражнений. Эстафета с предметами.	Участвуют в подвижной игре (по показу учителя). Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному (под контролем педагога). Выполняют комплекс упражнений. Участвуют в соревновательной деятельности по возможности (участвуют в эстафете).	Участвуют в подвижной игре. Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Выполняют комплекс упражнений. Участвуют в соревновательной деятельности (участвуют в эстафете).
Легкая атлетика					
85-86	Преодоление простейших препятствий	2	Бег в чередовании с ходьбой. Общеразвивающие упражнения. Преодоление простейших препятствий: перепрыгивание, пролезание, оббегание. Подвижная игра.	Выполняют бег в чередовании с ходьбой под контролем учителя. Выполняют комплекс упражнений. Преодолевают простейшие препятствия с помощью учителя. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).	Чередуют бег и ходьбу. Выполняют комплекс упражнений. Преодолевают простейшие препятствия после инструкции учителя. Участвуют в подвижной игре.
87-88	Прыжок в длину с места (толчком двух ног в начерченный ориентир)	2	Построение в шеренгу и колонну.	Выполняют построения в шеренгу, колонну.	Выполняют построения в шеренгу, колонну. Выполняют ходьбу и прыжки в длину.

			Ходьба (по ориентирам, начерченным на полу). Прыжок в длину с места (толчком двух ног в начерченный ориентир). Подвижная игра (с бегом).	Выполняют ходьбу и прыжки в длину. Участвуют в игре (по показу и по инструкции учителя).	Участвуют в подвижной игре (и инструкции учителя).
89-90	Прыжок в длину с места	2	Ходьба (со сменой положения рук). Комплекс упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп. Знакомство с техникой выполнения прыжка. Прыжок в длину (с места). Подвижная игра (с прыжками).	Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя. Выполняют комплекс упражнений (с помощью учителя). Прыгают в длину с места, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют ходьбу со сменой положения рук (по показу учителя). Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя. Выполняют прыжок в длину с места по показу учителя. Играют в подвижную игру (по инструкции учителя).
91-92	Метание теннисного мяча в стену	2	Бег по прямой в шеренге. Общеразвивающие упражнения. Мяч для метания. Освоение правильного захвата и произвольного метания малого мяча в стену. Игры (с элементами общеразвивающих упражнений).	Выполняют бег под контролем учителя. Выполняют 3-5 упражнений. Выполняют метание малых мячей (после инструкции и неоднократного показа учителя). Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют бег после инструкции, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Выполняют общеразвивающие упражнения. Выполняют захват и удержание различных предметов для выполнения метания после инструкции и показа учителя. Выполняют метание малых мячей. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
93-94	Метание теннисного мяча в цель	2	Ходьба с прыжками, доставая рукой ленточки. Общеразвивающие упражнения. Комплекс упражнений со скакалкой: удержание,	Выполняют ходьбу с прыжками по указанию учителя. Выполняют упражнения. Выполняют комплекс упражнений со скакалкой (после неоднократного показа по прямому указанию учителя).	Выполняют ходьбу с прыжками по указанию учителя. Выполняют упражнения (по показу учителя). Выполняют упражнения со скакалкой (после показа учителя). Выполняют метание

			складывание, завязывание скакалки. Выполнение метания мяча с большой амплитудой	Выполняют метание теннисного мяча в цель, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя).	теннисного мяча в цель (после инструкции и показа учителя).
95-97	Метание теннисного мяча на дальность	3	Ходьба в колонне (по одному с различными заданиями для рук). Комплекс упражнений для укрепления туловища. Освоение правильного удержания мяча, ориентирование в пространстве, соразмерение своих усилий. Метание на дальность сильнейшей рукой.	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют 5-6 упражнений комплекса. Выполняют метание на дальность (ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы).	Выполняют ходьбу по указанию учителя. Выполняют комплекс упражнений (по показу учителя). Выполняют метание на дальность (после инструкции и показа учителя).
98-99	Круговые эстафеты до 20 м	2	Подвижная игра (с элементами перестроений). Бег в чередовании с ходьбой. Комплекс общеразвивающих упражнений. Эстафета.	Участвуют в игре. Выполняют бег в чередовании с ходьбой (в колонне по одному под контролем педагога). Выполняют 5-6 упражнений комплекса. Участвуют в соревновательной деятельности по возможности (участвуют в эстафете).	Участвуют в игре. Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Выполняют комплекс упражнений (по показу учителя). Участвуют в соревновательной деятельности, в эстафете.
100	Высокий старт 30 м	1	Ходьба (со сменой положения рук). Комплекс упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп.	Выполняют ходьбу (со сменой положения рук под контролем учителя). Выполняют 5-6 упражнений комплекса.	Выполняют ходьбу (со сменой положения рук по показу учителя). Выполняют упражнения (по инструкции и показу учителя). Выполняют бег с высокого старта (после инструкции и показа учителя).

			Ускорение на дистанции в 30 м, Знакомство с понятием «высокий старт».	Выполняют бег с высокого старта, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	
101 - 102	Медленный бег до 1-2 мин	2	Ходьба в колонне. Общеразвивающие упражнения с малыми мячами. Медленный бег.	Выполняют различные виды ходьбы в колонне (по показу учителя). Выполняют упражнения с малыми мячами (по показу учителя). Выполняют медленный бег в чередовании с ходьбой.	Выполняют различные виды ходьбы (по указанию учителя). Выполняют упражнения с малыми мячами. Выполняют медленный бег.

V. ТЕХНОЛОГИЧЕСКОЕ И МЕТОДИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

Урок 1

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	2		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Правила поведения на уроках физической культуры (техника безопасности)		
Цель	Формирование у обучающихся осознания правил поведения и техники безопасности на уроках адаптивной физической культуры		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить основные требованиями к уроку по адаптивной физической культуре, ознакомить с построением парами.Коррекционно- развивающие: развивать пространственно- временную дифференцировку.Коррекционно-воспитательные: развивать навыки сотрудничества и самостоятельности при выполнении заданий.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Присаживает на гимнастическую скамейку.Беседа о правилах поведения на уроках физкультуры	Присаживаются на гимнастическую скамейку. Слушают инструктаж и отвечают односложно на вопросы учителя	Самостоятельно находят себе место на скамейке. Слушают инструктаж и отвечают на вопросы учителя

3. Открытие новых знаний	Построение по ориентирам.	Строятся с помощью педагога	Самостоятельно находят свободное место и повторяют упражнения комплекса
4. Первичное закрепление материала	Выполнение комплекса физкультминутки под музыкальное сопровождение	Выполняют упражнения комплекса (по возможностям)	Выполняют упражнения комплекса
5. Включение в систему знаний и повторение	Построение и ходьба парами, взявшись за руки	Выполняют построение и ходьбу парами(с помощью учителя)	Выполняют построение и ходьбу парами
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания	Совместно с родителем осуществляет подготовку к уроку	Самостоятельно готовятся к следующему уроку
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 2

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Форма одежды на уроке физической культуры и личная гигиена. Ходьба в колонне

Цель	Формирование у учащихся представлений о правилах личной гигиены и важности соблюдения требований к форме одежды на уроках физической культуры, развитие навыков безопасного поведения в коллективе во время ходьбы в колонне		
Задачи	Коррекционно- образовательные: познакомить с основными требованиями к форме одежды на уроках физической культуры.обсудить принципы личной гигиены, повторить комплекс физкультминутки, разучить игру на внимание.Коррекционно- развивающие: развивать навыки ходьбы в колонне, чувство ритма и координации движений.Коррекционно- воспитательные: развивать навыки сотрудничества и самостоятельности при выполнении заданий		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Закрепление построения парами	Приветствуют учителя. Одевают физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка готовности к уроку.Беседа о форме одежды на уроках физической культуры и личной гигиене.Показ презентации (по возможности)	Осматривают свою форму и кроссовки, чтобы убедиться, что они правильно одеты.	Выбирают карточки с правильной формой одежды или средствами гигиены.
3. Открытие новых знаний	Построение в шеренгу по росту.Выполнение комплекса физкультминутки под музыкальное сопровождение	Строятся с помощью педагога. Выполняют упражнения комплекса (по возможностям)	Самостоятельно находят свободное место и повторяют упражнения комплекса
4. Первичное закрепление материала	Передвижение, исполнение команд в колонне сохраняя дистанцию и равнение в затылок.Знакомство с бегом в чередовании с ходьбой	Выполняют построение с помощью педагога.Отвечают на вопросы односложно.Передвигаются в колонне бегом в чередовании с ходьбой по указанию учителя	Отвечают на вопросы целыми предложениями.Выполняют построения и перестроения в шеренгу, колонну, круг, осваивают строевые действия в шеренге и колонне

5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра на внимание	Участвуют в подвижной игре по инструкции учителя	Осваивают правила игры
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: подготовить спортивную форму и обувь	Совместно с родителем осуществляет подготовку к уроку	Самостоятельно готовятся к следующему уроку
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя эмоции и ощущения от урока жестами, мимикой или при помощи карточек (например, с изображением смайликов)	Делятся впечатлениями от занятия.

Урок 3

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Ходьба с изменением скорости
Цель	Развитие умения контролировать скорость ходьбы, развивать координацию движений, внимание и способность следовать командам
Задачи	Коррекционно- образовательные: ознакомить детей с понятием разной скорости ходьбы (медленная, средняя, быстрая),учить переключаться между разными темпами ходьбы по команде учителя, познакомить с поворотами переступанием.Коррекционно-развивающие: укрепить мышцы ног и улучшить координацию движений, формировать чувство ритма и умение поддерживать темп в движении.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность и умение следовать инструкциям учителя

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Построение в колонну	Приветствуют учителя. Одевают физкультурную форму. Строятся в колонну под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Построение в шеренгу по росту.Проверка готовности к уроку	Осматривают свою форму и кроссовки, чтобы убедиться, что они правильно одеты	Выбирают карточки с правильной формой одежды
3. Открытие новых знаний	Выполнение поворотов на месте налево и направо переступанием.Выполнение ритмичной ходьбы с сохранение заданного темпа ходьбы	Выполняют простые виды построений, осваивают на доступном уровне строевые действия в шеренге и колонне (с помощью учителя).Выполняют ходьбу с изменением скорости	Выполняют построения и перестроения в шеренгу, колонну, осваивают действия в шеренге и колонне.Выполняют ходьбу с изменением скорости
4. Первичное закрепление материала	Выполнение общеразвивающих упражнений	Выполняют 4-5 упражнений	Выполняют комплекс упражнений
5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с бегом	Участвуют в подвижной игре по инструкции и показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий	Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя.Осваивают правила игры
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: Упражнение "Следуй за мной": Один из родителей или взрослый идет впереди, меняя скорость ходьбы (медленная — средняя — быстрая)	Совместно с родителем осуществляет прогулку на свежем воздухе	Совместно с родителем выполняют упражнение
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя эмоции и ощущения от урока	Делятся впечатлениями от занятия.

		жестами, мимикой или при помощи карточек (например, с изображением смайликов)	

Урок 4

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	2		
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Бег в колонне по прямой и со сменой направлений по ориентирам		
Цель	Развитие умения бегать в колонне, сохраняя равномерное расстояние и темп, а также развить навык смены направлений по ориентирам		
Задачи	Коррекционно- образовательные: ознакомить с понятием ориентира и научить менять направление бега по команде или по сигналу, закрепить навык контроля своего движения в группе, разучить подвижную игру с элементами общеразвивающих упражнений.Коррекционно- развивающие: улучшить реакцию на смену направления и способность удерживать заданный темп.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплину, умение следовать инструкциям и правилам бега в группе		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Построение в колонну	Приветствуют учителя. Одевают физкультурную форму. Строятся в колонну под контролем учителя	

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Построение в шеренгу по росту.Подвижная игра с элементами перестроений.Проверка домашнего задания: упражнение «Следуй за мной»	Строятся в шеренгу под контролем учителя. Выполняют упражнение в ходьбе ориентируясь на ведущего	Находят свое место в строю. Ведущий идет впереди, меняя скорость ходьбы (начиная с медленной и постепенно ускоряясь до средней и быстрой)
3. Открытие новых знаний	Выполнение бега с высоким поднимание бедра, сохраняя дистанцию и правильную осанку.Выполнение комплекса упражнений типа зарядки	Осваивают бег в колонне по прямой и со сменой направлений по ориентирам.Выполняют комплекс упражнений наименьшее количество раз	Осваивают бег в колонне по прямой и со сменой направлений по ориентирам.Выполняют комплекс упражнений
5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с элементами общеразвивающих упражнений	Участвуют в подвижной игре после инструкции и показа учителя	Играют в подвижную игру
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить комплекс упражнений типа зарядки	Совместно с родителем выполнить утреннюю гимнастику	Самостоятельно выполняют комплекс упражнений типа зарядки
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 5

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, мячи для метания
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Прыжки на одной ноге на месте, с продвижением вперед, в стороны

Цель	Развитие способности сохранять равновесие и контролировать положение тела		
Задачи	Коррекционно- образовательные: развивать способность удерживать равновесие на одной ноге, тренируя стабилизирующие мышцы и укрепляя стопы, познакомить с комплексом упражнений с малыми мячам.Коррекционно- развивающие: развивать координацию.Коррекционно- воспитательные: развивать уверенность в себе		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Построение по ориентирам.Организация проверки домашнего задания	Демонстрируют выполнение упражнений (1-2).Выполняют по образцу упражнения	Демонстрируют выполнение 2-3 упражнений типа зарядки
3. Открытие новых знаний	Знакомство с общеразвивающими упражнениями с малыми мячами	Ориентируются в направлении движений с помощью педагога	Выполняют общеразвивающие упражнения после инструкции и по показу педагога
4. Первичное закрепление материала	Выполнение несколько подпрыгиваний подряд в заданном направлении	Выполняют прыжки в заданном направлении, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры	Прыгают на двух ногах с продвижением вперед
5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с метанием	Участвуют в подвижной игре после инструкции и показа учителя	Играют в подвижную игру
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить прыжки под счёт или музыку, стараясь сохранять ритм и темп	Совместно с родителем выполнить прыжки	Самостоятельно выполняют прыжки

7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 6

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	2		
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Быстрый бег на скорость 20-30 м		
Цель	Развитие способности резко стартовать		
Задачи	Коррекционно- образовательные: ознакомить с правильным положением корпуса и движениями рук для эффективного бега, разучить общеразвивающие упражнения, повторить подвижную игру с элементами общеразвивающих упражнений.Коррекционно-развивающие: укрепить мышцы ног и корпуса, развивать силу и выносливость.Коррекционно- воспитательные: развивать уверенность в себе		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания	Демонстрируют выполнения упражнений	Демонстрируют выполнение домашнего задания
3. Открытие новых знаний	Освоение общеразвивающих упражнений	Выполняют упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя	Выполняют общеразвивающие упражнения после инструкции и по показу педагога
4. Первичное закрепление материала	Выполнение прямолинейного бега.Закрепление правил техники безопасности во время выполнения упражнений в паре	Осваивают быстрый бег, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Выполняют бег по прямой
5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с элементами общеразвивающих упражнений	Участвуют в подвижной игре после инструкции и показа учителя	Играют в подвижную игру
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить прыжки под счёт или музыку, стараясь сохранять ритм и темп	Совместно с родителем выполнить прыжки	Самостоятельно выполняют прыжки
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 7

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, стойки и планка для прыжка в высоту, маты, флажки

Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Прыжки в высоту		
Цель	Формирование умения согласовывать работу тела и всех его частей в момент прыжка		
Задачи	Коррекционно- образовательные: ознакомиться с техникой прыжка в высоту, разучить комплекс упражнений с флажками, познакомить с подвижной игрой с метанием.Коррекционно- развивающие: развивать гибкость и подвижность, обогащать словарный запас.Коррекционно- воспитательные: тренировка уверенности в своих силах и способности преодолеть барьер		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение различных видов ходьбы в колонне	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем своде стопы	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы
3. Открытие новых знаний	Выполнение общеразвивающих упражнений с флажками	Выполняют 5-6 упражнений с флажками	Выполняют комплекс упражнений с флажками
4. Первичное закрепление материала	Знакомство с переноской гимнастических матов.Выполнение прыжка в высоту	Выполняют прыжки после инструкции и неоднократного показа учителем (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий)	Выполняют прыжки после инструкции и показа учителя

5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с метанием	Участвуют в подвижной игре после инструкции и показа учителя	Играют в подвижную игру
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить поочерёдные прыжки на правой и левой ноге (по 10 повторений на каждую)	Выполняют упражнение 4-5 раз	Самостоятельно выполняют прыжки
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 8

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Ускорения до 30 м
Цель	Развитие умения быстро разгоняться и достигать максимальной скорости на коротких дистанциях
Задачи	Коррекционно- образовательные: учить правильно дышать во время бега на короткую дистанцию, разучить беговые упражнений в колонне, закрепить построение в круг.Коррекционно- развивающие: развивать быстроту реакцию на стартовый сигнал.Коррекционно-воспитательные: тренировать уверенность в своих силах
Этапы урока	Содержание деятельности

	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение ходьбы с различными положениями рук.Беговые упражнения в колонне	Демонстрируют подпрыгивание на одной ноге.Выполняют ходьбу с различными положениями рук, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Демонстрируют поочерёдные прыжки на правой и левой ноге (по 10 повторений на каждую).Выполняют ходьбу с различными положениями рук по показу учителя
3. Открытие новых знаний	Перестроение в круг.Выполнение упражнений для укрепления мышц голеностопных суставов и стоп	Осваивают построение в круг с помощью учителя. Выполняют 3-4 упражнения	Выполняют построение в круг.Выполняют упражнения на укрепление мышц ног
4. Первичное закрепление материала	Выполнение ускорений на дистанции 30 м	Выполняют бег на скорость по прямому указанию учителя	Выполняют бег на скорость
5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с прыжками	Участвуют в подвижной игре после инструкции и показа учителя	Играют в подвижную игру
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить поочерёдные прыжки на правой и левой ноге (по 10 повторений на каждую)	Выполняют упражнение 4-5 раз	Самостоятельно выполняют прыжки
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения рук	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения рук

Урок 9

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	2		
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, стойки и планка для прыжка в высоту, маты, флажки		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Медленный бег до 1-2 мин		
Цель	Формирование умения поддерживать умеренный темп бега в течение 1–2 минут		
Задачи	Коррекционно- образовательные: ознакомить с правильной техники бега, включая положение тела, шаги и дыхание, повторить упражнения с флажками.Коррекционно- развивающие: развивать выносливостьКоррекционно- воспитательные: воспитывать у учеников интерес к регулярным физическим нагрузкам		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Перестроение в колонну	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение ходьбы с хлопками.Объяснение техники бега на длинную дистанцию.Показ презентации(по возможности)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Осваивают и выполняют ходьбу удерживают правильное положение тела во время бега (с помощью учителя, при необходимости: пошаговая	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют ходьбу по сигналу учителя.Слушают объяснение техники бега на длинную дистанцию

		инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий)	
3. Открытие новых знаний	Выполнение равномерного бега по длинной дистанции.Выполнение упражнений с флажками	Чередуют бег с ходьбой.Выполняют комплекс упражнений с флажками наименьшее количество раз	Выполняют равномерный бег до 2 мин
4. Первичное закрепление материала	Выполнение прыжка в высоту	Выполняют перешагивание через шнур	Выполняют прыжки после инструкции и показа учителя
5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с метанием	Участвуют в подвижной игре после инструкции и показа учителя	Играют в подвижную игру
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить приседания 10-12 раз	Выполняют упражнение 5-6 раз	Самостоятельно выполняют приседания
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения рук	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения рук

Урок 10

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, шведская стенка, маты, козёл, скамейки
Тип урока	Урок открытия новых знаний

Тема	Бег с преодолением простейших препятствий		
Цель	Развитие координации и ловкости через бег с препятствиями		
Задачи	Коррекционно- образовательные: познакомить с техникой преодоления препятствий.Коррекционно- развивающие: развивать координацию движенийКоррекционно- воспитательные: формировать уверенность и преодолевать страх перед движением		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Перестроение в колонну	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение бега и ходьбы, чередование	Демонстрируют домашнее задание.Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Демонстрируют выполнение упражнений.Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп, дистанцию во время движения, удерживая правильную осанку во время ходьбы
3. Открытие новых знаний	Выполнение упражнений на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища	Выполняют основные положения и движения рук, ног, головы, туловища с наименьшим количеством раз	Выполняют упражнения на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища
4. Первичное закрепление материала	Объяснение техники преодоления препятствий.Освоение бега с препятствиями	Преодолевают препятствия с помощью педагога (по возможности)	Преодолевают препятствия самостоятельно
5. Включение в систему знаний и повторение	Коррекционная игра на развитие точности движений	Участвуют в подвижной игре после инструкции и показа учителя	Играют в подвижную игру

6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 6-8 выпадов на каждую ногу	Выполняют упражнение 4-5 раз в каждую сторону	Самостоятельно выполняют упражнение
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения рук	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения рук

Урок 11

<table>
<tr><td>Предмет</td><td colspan="3">Адаптивная физическая культура</td></tr>
<tr><td>Класс</td><td colspan="3">2</td></tr>
<tr><td>Материально-техническое обеспечение</td><td colspan="3">Ориентиры, стойки и планка для прыжка в высоту, маты, флажки</td></tr>
<tr><td>Тип урока</td><td colspan="3">Урок открытия новых знаний</td></tr>
<tr><td>Тема</td><td colspan="3">Челночный бег 3х10 м, тестирование</td></tr>
<tr><td>Цель</td><td colspan="3">Оценивание уровня скоростно-силовой выносливости</td></tr>
<tr><td>Задачи</td><td colspan="3">Коррекционно- образовательные: ознакомление с челночным бегом, познакомить с построением в две колонны, разучить упражнения для укрепления мышц ног.Коррекционно- развивающие: развивать быстроту.Коррекционно- воспитательные: формировать уверенность в своих силах</td></tr>
<tr><td rowspan="3">Этапы урока</td><td colspan="3">Содержание деятельности</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Деятельность учителя</td><td colspan="2">Деятельность обучающихся</td></tr>
<tr><td>Минимальный уровень</td><td>Достаточный уровень</td></tr>
</table>

1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно- пространственные опоры
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Построение в две колонны	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют построение в две колонны с помощью педагога	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Самостоятельно строятся в две колонны
3. Открытие новых знаний	Выполнение упражнений для укрепления мышц ног	Выполняют упражнения для укрепления мышц ног (по возможности)	Выполняют упражнения для укрепления мышц ног
4. Первичное закрепление материала	Знакомство с челночным бегом	Выполняют челночный бег без учета времени	Выполняют челночный бег на результат
5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с элементами лазания	Участвуют в подвижной игре после инструкции и показа учителя	Играют в подвижную игру
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 6-8 выпадов на каждую ногу	Выполняют упражнение 4-5 раз в каждую сторону	Самостоятельно выполняют упражнение
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения рук	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения рук

Урок 12

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2

Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, стойки и планка для прыжка в высоту, маты, флажки		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Прыжок в глубину		
Цель	Формирование согласованной работы тела и всех его частей в момент прыжка		
Задачи	Коррекционно- образовательные: ознакомить с техникой прыжка в глубину, повторить подвижную игру с элементами построений, закрепить упражнения для мышц ног.Коррекционно- развивающие: развивать гибкость и подвижностьКоррекционно-воспитательные: тренировка уверенности в своих силах		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор-ориентиров для выполнения построений и перестроений	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Подвижная игра с элементами перестроений	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Участвуют в подвижной игре после инструкции и показа учителя	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Играют в подвижную игру
3. Открытие новых знаний	Выполнение бега в чередовании с ходьбой.Выполнение упражнений для укрепления мышц ног	Выполняют упражнения для укрепления мышц ног (по возможности).Выполняют бег в чередовании с ходьбой	Выполняют упражнения для укрепления мышц ног.Выполняют бег в чередовании с ходьбой

4. Первичное закрепление материала	Выполнение прыжка в глубину	Выполняют прыжок в глубину (по возможности)	Выполняют прыжок в глубину
5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с бросками и ловлей	Участвуют в подвижной игре после инструкции и показа учителя	Играют в подвижную игру
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 10-12 приседаний	Выполняют упражнение (5-6 раз)	Самостоятельно выполняют упражнение
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения рук	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения рук

Урок 13

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, мячи
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Прыжок с 3-5 беговых шагов в длину с разбега
Цель	Формирование согласованной работы тела и всех его частей в момент прыжка
Задачи	Коррекционно- образовательные: ознакомиться с техникой прыжка в длину, повторить бег в чередовании с ходьбой, закрепить комплекс упражнений с малыми мячами.Коррекционно- развивающие: развивать гибкость и подвижностьКоррекционно-воспитательные: тренировка уверенности в своих силах

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно- пространственные опоры
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение бега в чередовании с ходьбой	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют упражнения для укрепления мышц ног (по возможности)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют упражнения для укрепления мышц ног
3. Открытие новых знаний	Выполнение общеразвивающих упражнений с малыми мячами	Выполняют бег в чередовании с ходьбой	Выполняют упражнения для укрепления мышц ног.Выполняют бег в чередовании с ходьбой
4. Первичное закрепление материала5	Выполнение прыжка в длину с разбега	Выполняют прыжок в длину (по возможности)	Выполняют прыжок в длинус разбега
5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с бросками и ловлей	Участвуют в подвижной игре после инструкции и показа учителя	Играют в подвижную игру
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 12-15 приседаний	Выполнить 7-8 раз	Самостоятельно выполняют упражнение
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения рук	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения рук

Урок 14

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	2		
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, мячи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Прыжок с 3-5 беговых шагов в длину с разбега		
Цель	Формирование согласованной работы тела и всех его частей в момент прыжка		
Задачи	Коррекционно- образовательные: продолжить освоение техники прыжка в длину, повторить комплекс упражнений с малыми мячами, закрепить бег в чередовании с ходьбой.Коррекционно- развивающие: развивать гибкость и подвижностьКоррекционно-воспитательные: тренировка уверенности в своих силах		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение бега в чередовании с ходьбой	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют упражнения для укрепления мышц ног (по возможности)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют упражнения для укрепления мышц ног

3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение общеразвивающих упражнений с малыми мячами	Выполняют бег в чередовании с ходьбой	Выполняют бег в чередовании с ходьбой
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Выполнение прыжка в длину с разбега	Выполняют прыжок в длину (по возможности)	Выполняют прыжок в длину
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 12-15 приседаний	Совместно выполнить упражнение (по возможности)	Самостоятельно выполняют упражнение
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения рук	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения рук

Урок 15

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, мячи
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Метание большого мяча двумя руками из - за головы
Цель	Развитие силовых и координационных качеств с помощью техники метания
Задачи	Коррекционно- образовательные: ознакомить с техникой метания большого мяча двумя руками из-за головы, повторить комплекс упражнений с малыми мячами, продолжить обучение технике прыжка в длину с разбега.Коррекционно- развивающие: развивать силу, координацию движенийКоррекционно- воспитательные: формировать уверенность в своих силах

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно- пространственные опоры
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение бега в чередовании с ходьбой	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп, дистанцию во время движения, удерживая правильную осанку во время ходьбы
3. Открытие новых знаний	Выполнение общеразвивающих упражнений с малыми мячами.Принятие правильного положение во время метания, выполнение метания большого мяча способом из-за головы	Выполняют основные положения и движения рук, ног, головы, туловища с наименьшим количеством раз	Выполняют упражнения на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища
4. Первичное закрепление материала	Выполнение прыжка в длину с разбега	Выполняют прыжок в длину с места	Выполняют прыжок в длину с разбега
5. Включение в систему знаний и повторение	Коррекционная игра на развитие точности движений	Участвуют в подвижной игре после инструкции и показа учителя	Играют в подвижную игру
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 8-10 приседаний	Совместно выполнить упражнение (по возможности)	Самостоятельно выполняют упражнение
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения рук	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения рук

Урок 16

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	2		
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, стойки и планка для прыжка в высоту, маты, флажки		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Чередование бега и ходьбы по сигналу		
Цель	Формирование умения чередовать бег с ходьбой		
Задачи	Коррекционно- образовательные: ознакомить с правильной техникой бега, включая положение тела, шаги и дыхание, познакомить с упражнений на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища.Коррекционно- развивающие: развивать выносливостьКоррекционно- воспитательные: воспитывать у учеников интерес к регулярным физическим нагрузкам		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие.Перестроение в колонну	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение ходьбы с	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Осваивают и выполняют ходьбу удерживают правильное положение тела во	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют ходьбу по сигналу

	хлопками.Объяснение техники бега на длинную дистанцию.Показ презентации(по возможности)	время бега (с помощью учителя, при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий)	учителя.Слушают объяснение техники бега на длинную дистанцию
3. Открытие новых знаний	Освоение бега в медленном темпе, чередование ходьбы и бега	Чередуют бег с ходьбой	Выполняют равномерный бег до 2 мин
4. Первичное закрепление материала	Выполнение упражнений на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища	Выполняют комплекс упражнений наименьшее количество раз	Выполняют комплекс упражнений
5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с метанием	Участвуют в подвижной игре после инструкции и показа учителя	Играют в подвижную игру
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить приседания 10-12 раз	Выполняют 7-8 приседаний	Самостоятельно выполняют приседания
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения рук	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения рук

Урок 17

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, мячи

Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Прыжки в высоту с шага		
Цель	Развитие координации движений		
Задачи	Коррекционно- образовательные: ознакомление с техникой прыжка в высоту, закрепление различных видов ходьбы в колонне, повторение упражнений с флажками.Коррекционно-развивающие: развивать силу, координацию движений.Коррекционно- воспитательные: формировать уверенность в своих силах		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
	Минимальный уровень	Достаточный уровень	
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно- пространственные опоры
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Игровые задания на построение	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Участвуют в подвижной игре после инструкции и показа учителя	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Играют в подвижную игру
3. Открытие новых знаний	Выполнение различных видов ходьбы в колонне.Выполнение общеразвивающих упражнений с флажками.Знакомство с переноской гимнастических матов	Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем своде стопы.Выполняют 5-6 упражнений с флажками	Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы.Выполняют комплекс упражнений с флажками
4. Первичное закрепление материала	Выполнение прыжка в высоту	Выполняют прыжки после инструкции и неоднократного показа учителем (при необходимости:	Выполняют прыжки после инструкции и показа учителя

		пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий)	
5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с метанием	Участвуют в подвижной игре после инструкции и показа учителя	Играют в подвижную игру
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 15 приседаний	Выполнить 7-8 упражнений	Самостоятельно выполняют упражнения
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты

Урок 18

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, мячи
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Значение физических упражнений для здоровья человека
Цель	**Ознакомление с основами влияния физических упражнений** на здоровье

Задачи	Коррекционно- образовательные: **учить правильному выполнению простых физических упражнений** и показать их влияние на различные группы мышц и системы организма, повторить строевые действияКоррекционно- развивающие: развивать координацию движенийКоррекционно- воспитательные: **воспитать ответственное отношение к собственному здоровью**		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно- пространственные опоры
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Беседа о значении физических упражнений.Выполнение строевых действий, ориентирование в пространстве	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Просматривают видеоматериал по теоретическим вопросам адаптивной физической культуры.Отвечают на вопросы односложно	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Просматривают видеоматериал по теоретическим вопросам адаптивной физической культуры.Отвечают на вопросы предложением.Воспринимают и запоминают расположение зрительных пространственных опор - ориентиров для выполнения построений и перестроений
3. Открытие новых знаний	Выполнение различных видов ходьбы в колонне.Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений	Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем своде стопы. Выполняют 5-6 упражнений с флажками	Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы.Выполняют комплекс упражнений с флажками
4. Первичное закрепление материала	Выполнение прыжка в высоту	Выполняют прыжки после инструкции и неоднократного показа учителем (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий)	Выполняют прыжки после инструкции и показа учителя

5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с метанием	Участвуют в подвижной игре после инструкции и показа учителя	Играют в подвижную игру
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить комплекс упражнений	Совместно выполнить 2-3 упражнения комплекса (по возможности)	Самостоятельно выполняют комплекс упражнений
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты

Урок 19

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, мячи
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Правила поведения на уроках гимнастики
Цель	**Объяснение важности соблюдения правил безопасности** в зале и при выполнении гимнастических упражнений
Задачи	Коррекционно- образовательные: **учить бережному отношению к инвентарю и спортивному оборудованию**, а также правилам их безопасного использования, повторить подвижную игру с элементами построений, закрепить метание в цель.Коррекционно-

	развивающие: развивать координацию движений.Коррекционно- воспитательные: **воспитать ответственное отношение к собственному здоровью**		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
	Минимальный уровень	Достаточный уровень	
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор-ориентиров для выполнения построений и перестроений	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно- пространственные опоры
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Подвижная игра с элементами построений.Беседа о правилах поведения и предупреждения травматизма во время занятий	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Участвуют в подвижной игре с элементами построений. Слушают инструктаж и зрительно воспринимает образец поведения на уроках физической культуры (техника безопасности)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Играют в подвижную игру после инструкции учителя. Слушают инструктаж и зрительно воспринимает образец поведения на уроках физической культуры (техника безопасности)
3. Открытие новых знаний	Выполнение различных видов ходьбы в колонне.Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений	Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем своде стопы.Выполняют 5-6 упражнений с флажками	Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы.Выполняют комплекс упражнений с флажками
4. Первичное закрепление материала	Знакомство с метание малого мяча в цель	Выполняют метание в цель после инструкции и неоднократного показа учителем (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий)	Метают мяч в цель по показу и прямому указанию учителя
5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с элементами лазания	Участвуют в подвижной игре после инструкции и показа учителя	Играют в подвижную игру

6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить комплекс упражнений	Совместно выполнить 2-3 упражнения комплекса (по возможности)	Самостоятельно выполняют комплекс упражнений
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты

Урок 20

Предмет	Адаптивная физическая культура	
Класс	2	
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры	
Тип урока	Урок открытия новых знаний	
Тема	Перестроение из шеренги в круг	
Цель	Формирование навыков строевой подготовки	
Задачи	Коррекционно- образовательные: развивать умение строиться из шеренги в круг, закрепить простейшие перестроения, познакомить с комплексом утренней гимнастики.Коррекционно- развивающие: развивать внимание.Коррекционно- воспитательные: содействовать сплочению коллектива и развитию социальных навыков	
Этапы урока	Содержание деятельности	
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся

		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение простейших перестроений	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют упражнение по показу учителя	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Воспринимают и запоминают расположение зрительных пространственных опор - ориентиров для выполнения построений и перестроений
3. Открытие новых знаний	Бег с изменением направлений.Выполнение комплекса утренней гимнастики	Выполняют комплекс наименьшее количество раз	Выполняют упражнение по сигналу/ команде учителя, ориентируюсь на зрительно-пространственные опоры. Выполняют комплекс упражнений по показу и инструкции учителя
4. Первичное закрепление материала	Выполнение прыжка с высоты	Прыгают с высоты с мягким приземлением (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий)	Прыгают с высоты с мягким приземлением после инструкции и показа учителя
5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с элементами лазания	Участвуют в подвижной игре после инструкции и показа учителя	Играют в подвижную игру
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить комплекс упражнений	Совместно выполнить 2-3 упражнения комплекса (по возможности)	Самостоятельно выполняют комплекс упражнений
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты

Урок 21

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	2		
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Перестроение из колонны по одному в шеренгу по одному, размыкание на вытянутые руки		
Цель	Формирование навыков строевой подготовки		
Задачи	Коррекционно- образовательные: развивать умение выполнять размыкание на вытянутые рукиКоррекционно- развивающие: развивать вниманиеКоррекционно- воспитательные: содействовать сплочению коллектива и развитию социальных навыков		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие	Выполняют построение в шеренгу ориентируясь на зрительно- пространственные опоры. Приветствуют учителя	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение организующих строевых команд и приемов	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют команды по построению и перестроению по сигналу учителя (при необходимости ориентируются на образец)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют упражнения по словесной инструкции и показу.Выполняют команды по построению и перестроению по сигналу учителя (при необходимости ориентируются на образец)

3. Открытие новых знаний	Выполнение ходьбы со сменой положений рук.Знакомство с упражнениями для развития мышц кистей рук и пальцев	Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют 3-4 упражнения	Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют комплекс упражнений
4. Первичное закрепление материала	Выполнение приставных шагов в сторону, ориентирование в пространстве	Фиксируют внимание и воспринимают расположениезрительных пространственных опор - ориентиров для выполнения построений и перестроений	Выполняют размыкание после объяснения учителем
5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с метанием	Участвуют в подвижной игре после инструкции и показа учителя	Осваивают и используют игровые умения
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить комплекс упражнений	Совместно выполнить 2-3 упражнения комплекса (по возможности)	Самостоятельно выполняют комплекс упражнений
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты

Урок 22

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры
Тип урока	Урок открытия новых знаний

Тема	Основные положения и движения рук, ног, туловища, головы: асимметричные движения рук		
Цель	Развитие точности движений		
Задачи	Коррекционно- образовательные: ознакомить с основными положениями и движениями рук, ног, туловищаКоррекционно- развивающие: развивать вниманиеКоррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие	Выполняют построение в шеренгу ориентируясь на зрительно- пространственные опоры. Приветствуют учителя	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение организующих строевых команд и приемов	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Фиксируют внимание и воспринимают расположениезрительных пространственных опор - ориентиров для выполнения построений и перестроений	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют упражнения по словесной инструкции и показу.Выполняют команды по построению и перестроению по сигналу учителя (при необходимости ориентируются на образец)
3. Открытие новых знаний	Выполнение ходьбы со сменой положений рук.Освоение бега в медленном темпе, чередование ходьбы и бега	Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп, дистанцию во время движения, удерживая правильную осанку во время ходьбы
4. Первичное закрепление материала	Выполнение упражнений на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища	Выполняют основные положения и движения рук, ног, головы, туловища с наименьшим количеством раз	Выполняют упражнения на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища
5. Включение в систему знаний и повторение	Коррекционная игра на развитие точности движений	Участвуют в подвижной игре после инструкции и показа учителя	Осваивают и используют игровые умения

6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 2-3 упражнения на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища	Совместно выполнить 1-2 упражнения (по возможности)	Самостоятельно выполняют 2-3 упражнения
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты

Урок 23

Предмет	Адаптивная физическая культура	
Класс	2	
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры	
Тип урока	Урок открытия новых знаний	
Тема	Дыхание во время ходьбы и бега	
Цель	Обучение правильной технике дыхания во время ходьбы и бега	
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать навык ритмичного дыхания, закрепить строевые команды, повторить построение в круг, общеразвивающие упражнения.Коррекционно- развивающие: развивать внимание.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность	
Этапы урока	Содержание деятельности	
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся

		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие	Выполняют построение в шеренгу ориентируясь на зрительно- пространственные опоры. Приветствуют учителя	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение организующих строевых команд и приемов	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Фиксируют внимание и воспринимают расположениезрительных пространственных опор - ориентиров для выполнения построений и перестроений	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют упражнения по словесной инструкции и показу.Выполняют команды по построению и перестроению по сигналу учителя (при необходимости ориентируются на образец)
3. Открытие новых знаний	Выполнение бега в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений	Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп, дистанцию во время движения, удерживая правильную осанку во время ходьбы
4. Первичное закрепление материала	Выполнение тренировочных упражнений на дыхание во время ходьбы, бега, проговаривание звуков на выдохе	Выполняют основные положения и движения рук, ног, головы, туловища с наименьшим количеством раз	Выполняют упражнения на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища
5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра на внимание	Участвуют в подвижной игре после инструкции и показа учителя	Осваивают и используют игровые умения
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 2-3 упражнения на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища	Совместно выполнить 1-2 упражнения (по возможности)	Самостоятельно выполняют 2-3 упражнения
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты

Урок 24

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	2		
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Лазание вверх, вниз по гимнастической стенке, не пропуская реек		
Цель	Развитие координации движений		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать навык лазания по гимнастической стенке, закрепить построения и перестроения, разучить комплекс утренней гимнастики.Коррекционно- развивающие: улучшать моторику и координациюКоррекционно- воспитательные: воспитывать смелость		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие	Выполняют построение в шеренгу ориентируясь на зрительно-пространственные опоры.Приветствуют учителя	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно- пространственные опоры.Приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Знакомство с игровыми задания на построение и перестроения	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Фиксируют внимание и воспринимают расположениезрительных	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют упражнения по словесной инструкции и показу.Выполняют

		пространственных опор - ориентиров для выполнения построений и перестроений	команды по построению и перестроению по сигналу учителя (при необходимости ориентируются на образец)
3. Открытие новых знаний	Выполнение ходьбы в различном темпе.Освоение разновидностей ходьбы.Выполнение комплекса утренней гимнастики.Определение названия двигательному действию, названия оборудования	Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы.Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Осваивают и выполняют ходьбу по прямой линии на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы с сохранением равновесия на ограниченной поверхности
4. Первичное закрепление материала	Выполнение правильного захвата рейки руками и правильной постановки стопы на гимнастическую стенку	Выполняют лазанье (с помощью учителя, по возможности самостоятельно) по прямому указанию учителя	Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с прыжками	Участвуют в подвижной игре после инструкции и показа учителя	Осваивают и используют игровые умения
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 2-3 упражнения на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища	Совместно выполнить 1-2 упражнения (по возможности)	Самостоятельно выполняют 2-3 упражнения
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты

Урок 25

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2

Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Переползание на четвереньках в медленном темпе по горизонтальной гимнастической скамейке		
Цель	Ознакомление с техникой передвижения на четвереньках по горизонтальной гимнастической скамейке		
Задачи	Коррекционно- образовательные: разучить упражнения для формирования правильной осанки, повторить построение врассыпную.Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений, общую моторику, произвольное внимание.Коррекционно- воспитательные: воспитывать настойчивость		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение ходьбы в чередовании с ходьбой по линии, обозначенной на полу, сохраняя равновесие	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют ходьбу по инструкции учителя
3. Открытие новых знаний	Построение врассыпную.Выполнение упражнений на осанку	Выполняют построение с помощью педагога	Выполняют построение самостоятельно
4. Первичное закрепление материала	Выполнение упора на коленях и на четвереньках, правильное удержание за скамейку	Выполняют ползание по гимнастический скамейке на четвереньках с помощью учителя	Выполняют проползание на четвереньках в медленном темпе по горизонтальной скамейке(самостоятельно)

5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с бросанием и ловлей	Выполняют игровые задания	Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 2-3 упражнения для формирования правильной осанки	Повторить за родителем 1-2 упражнения	Самостоятельно выполнить 2-3 упражнения
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 26

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, музыка для физкультминутки
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Упражнения с гимнастическими палками
Цель	Укрепление силы мышц, симметричное растягивание связок и мышц
Задачи	Коррекционно- образовательные: разучить упражнения с гимнастической палкой, закрепить построение врассыпную, повторить построения в колонну и шеренгу.Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений, общую моторику, пространственную-дифференцировку.Коррекционно- воспитательные: воспитывать настойчивость
Этапы урока	Содержание деятельности

	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение построений в шеренгу и колонну.Выполнение бега в чередовании с ходьбой	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп, дистанцию во время движения, удерживая правильную осанку во время ходьбы
3. Открытие новых знаний	Ознакомление с размещением «врассыпную»	Размещаются «врассыпную» с помощью учителя	Самостоятельно строятся«врассыпную»
4. Первичное закрепление материала	Выполнение комплекса упражнений с гимнастической палкой	Выполняют упражнения с предметом, ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Выполняют упражнения для расслабления мышц
5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с бросками и ловлей	Выполняют игровые задания	Играют в игру
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 2-3 упражнения на формирования правильной осанки	Повторить за родителем 1-2 упражнения	Самостоятельно выполнить 2-3 упражнения
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 27

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	2		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Упражнения для расслабления мыщц		
Цель	**Снять мышечное напряжение,** самочувствие, настроение.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: разучить упражнения на расслабление мышц, закрепить построение врассыпную, повторить построения в колонну и шеренгу.Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений, пространственную-дифференцировку.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение построений в шеренгу, в колонну по одному.Чередование ходьбы и бега	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп, дистанцию во время движения, удерживая правильную осанку во время ходьбы

3. Открытие новых знаний	Ознакомление с размещением «врассыпную»	Размещаются «врассыпную» с помощью учителя	Самостоятельно строятся«врассыпную»
4. Первичное закрепление материала	Выполнение упражнений для расслабления мышц	Выполняют упражнения на расслаблении мышц, ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Выполняют упражнения для расслабления мышц
5. Включение в систему знаний и повторение	Коррекционная игра на развитие точности движений	Выполняют игровые задания	Играют в игру
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 2-3 упражнения на формирования правильной осанки	Повторить за родителем 1-2 упражнения	Самостоятельно выполнить 2-3 упражнения
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 28

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы

Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Тренировка дыхания		
Цель	**Формирование умения** правильно и глубоко дышать		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: тренировать умение координировать свои движения.· Коррекционно- развивающие: развить и укрепить дыхательные мышцы.Коррекционно- воспитательные: воспитывать умение взаимодействовать с одноклассниками в игровой деятельности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания.Выполнение бега в чередовании с ходьбой в колонне по одному	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному
3. Открытие новых знаний	Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений	Выполняют построение в круг с помощью учителя	Выполняют построение в круг и комплекс утренней зарядки по инструкции учителя
4. Первичное закрепление материала	Выполнение тренировочных упражнений на дыхание во время ходьбы, бега, проговаривание звуков на выдохе	Выполняют коррегирующие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя	Выполняют коррегирующие упражнения без предметов после показа учителя

5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра на внимание	Участвуют в коррекционной игре по инструкции учителя	Участвуют в игре после инструкции учителя
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 3-4 упражнения	Совместно с родителем выполняют 1-2 упражнения	Самостоятельно выполняют 3-4 упражнения
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 29

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2
Материально-техническое обеспечение	Фишки, шведская стенка
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Ходьба по линии на носках, на пятках с различными положениями рук
Цель	Формирование навыка сохранения правильной осанки, укрепление мышц и связок стопы
Задачи	· Коррекционно- образовательные: тренировать умение координировать свои движения.· Коррекционно- развивающие: **совершенствовать ходьбу и профилактика плоскостопия.**Коррекционно- воспитательные: воспитывать умение взаимодействовать с одноклассниками в игровой деятельности
Этапы урока	Содержание деятельности

	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания.Выполнение комплекса упражнений в движении	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют комплекс упражнений наименьшее количество раз	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют комплекс упражнений по показу учителя.
3. Открытие новых знаний	Построение в круг и выполнение упражнений на сохранение равновесия в ходьбе	Выполняют построение в круг с помощью учителя.Выполняют ходьбу по линии на носках, на пятках с различными положениями рук по показу учителя	Выполняют построение в круг.Выполняют ходьбу по линии на носках, на пятках с различными положениями рук
4. Первичное закрепление материала	Выполнение лазания по гимнастической стенке	Выполняют лазание на небольшую высоту под контролем	Выполняют лазание
5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с прыжками и бегом	Участвуют в коррекционной игре по инструкции учителя	Участвуют в игре после инструкции учителя
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 3-4 упражнения комплекса	Совместно с родителем выполняют 1-2 упражнения	Самостоятельно выполняют 3-4 упражнения
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 30

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	2		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Упражнения для пространственно-временной дифференцировки и точности движений		
Цель	Развитие и коррекция двигательных функций		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: восполнить дефицит двигательной активности с учётом конкретного дефекта.· Коррекционно- развивающие: **дифференцировать пространственные параметры движения**· Коррекционно-воспитательные: формировать морально-волевые качества		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания.Выполнение построений в шеренгу и колонну	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем

3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение ходьбы по ориентирам, начерченным на полу.Прыжок в длину с места толчком двух ног в начерченный ориентир	Выполняют упражнения для развития точности движений;выполняют упражнения для развития пространственно–временной дифференцировки по прямому указанию учителя	Выполняют упражнения для развития пространственно–временной дифференцировки, ориентируясь на образец выполнения учителем
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Подвижная игра с метанием и ловлей	Участвуют в коррекционной игре по инструкции учителя	Участвуют в игре после инструкции учителя
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 2-3 упражнения	Повторить за родителем 1-2 упражнения	Самостоятельно выполнить 2-3 упражнения
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 31

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Упражнения для развития точности движений
Цель	Развитие общей моторики

Задачи	· Коррекционно- образовательные: формировать умение овладевать двигательными действиями· Коррекционно-развивающие: развивать пространственно- временную дифференцировку, формировать правильную осанку· Коррекционно-воспитательные: воспитывать доброжелательные отношения друг к другу, целеустремлённость, положительный эмоциональный настрой		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение построений в шеренгу, в колонну по одному	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры
3. Включение изученного в систему знаний	Освоение бега в медленном темпе, чередование ходьбы и бега.Выполнение упражнений на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища	Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют основные положения и движения рук, ног, головы, туловища с наименьшим количеством раз	Выполняют упражнения на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища.Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп, дистанцию во время движения, удерживая правильную осанку во время ходьбы
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Коррекционная игра на развитие точности движений	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру после инструкции

5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 2-3 упражнения	Повторить за родителем 1-2 упражнения	Самостоятельно выполнить 2-3 упражнения
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 32

<table>
<tr><td>Предмет</td><td colspan="3">Адаптивная физическая культура</td></tr>
<tr><td>Класс</td><td colspan="3">2</td></tr>
<tr><td>Материально-техническое обеспечение</td><td colspan="3">Фишки, конусы</td></tr>
<tr><td>Тип урока</td><td colspan="3">Урок открытия новых знаний</td></tr>
<tr><td>Тема</td><td colspan="3">Упражнения на укрепление мышц туловища</td></tr>
<tr><td>Цель</td><td colspan="3">Профилактика нарушений осанки</td></tr>
<tr><td>Задачи</td><td colspan="3">· Коррекционно- образовательные: повторить упражнения, формирующие правильную осанку, закрепить знания о влиянии неправильной осанки на здоровье человека.· Коррекционно- развивающие: укрепление мышечного корсета, улучшение нервно-мышечной координации· Коррекционно- воспитательные: формировать коммуникативные навыки</td></tr>
<tr><td rowspan="3">Этапы урока</td><td colspan="3">Содержание деятельности</td></tr>
<tr><td>Деятельность учителя</td><td colspan="2">Деятельность обучающихся</td></tr>
<tr><td></td><td>Минимальный уровень</td><td>Достаточный уровень</td></tr>
</table>

1. Организационный этап	Построение в шеренгу	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания.Выполнение ходьбы в колонне по одному с различными заданиями для рук	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют ходьбу по инструкции учителя
3. Открытие новых знаний	Различение основных движений туловища	Выполняют упражнения на укрепление мышц туловища по прямому указанию учителя	Выполняют упражнения на укрепление мышц туловища, ориентируясь на образец выполнения учителем.Осваивают и используют игровые умения
4. Первичное закрепление материала	Выполнение комплекса упражнений на укрепление мышц туловища	Выполняют 3-4 упражнения	Выполняют упражнения по показу
5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с прыжками	Участвуют в коррекционной игре по инструкции учителя	Участвуют в игре после инструкции учителя
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 3-4 упражнения на осанку	Совместно с родителем выполняют 1-2 упражнения	Самостоятельно выполняют 3-4 упражнения
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 33

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2

Материально-техническое обеспечение	Фишки, скамейки		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Подлезание под препятствием высотой 40-50 см		
Цель	Формирование навыка преодоления препятствий		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: развивать **крупные группы мышц**· Коррекционно- развивающие: укрепление мышечного корсета, улучшение нервно-мышечной координации· Коррекционно- воспитательные: формировать коммуникативные навыки		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания.Выполнение бега в медленном темпе, чередование ходьбы и бега	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Чередуют ходьбу и бег, ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Чередуют ходьбу и бег по инструкции учителя
3. Открытие новых знаний	Построение в круг.Выполнение упражнений для укрепления туловища.	Выполняют построение в круг,ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Выполняют построение в круг по указанию учителя.Выполняют перестроение в круг, взявшись за руки

4. Первичное закрепление материала	Повторение правильного исходного положения для выполнения подлезания под препятствием	Выполняют подлезание под препятствием высотой 40-50 см (с помощью учителя, по возможности самостоятельно)	Выполняют подлезание под препятствием высотой 40-50 см(самостоятельно)
5. Включение в систему знаний и повторение	Коррекционная игра	Участвуют в коррекционной игре, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий	Играют в игру после показа учителем
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 3-4 упражнения для укрепления туловища	Совместно с родителем выполняют 1-2 упражнения	Самостоятельно выполняют 3-4 упражнения
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 34

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2
Материально-техническое обеспечение	Фишки, скамейки, козёл
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Перелезание через препятствие высотой 40-50 см
Цель	Формирование навыка преодоления препятствий

Задачи	· Коррекционно- образовательные: развивать **крупные группы мышц**· Коррекционно- развивающие: укрепление мышечного корсета, улучшение нервно-мышечной координации· Коррекционно- воспитательные: формировать коммуникативные навыки		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания.Выполнение ходьбы со сменой положения рук	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют ходьбу со сменой положения рук, ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют ходьбу со сменой положения рук, ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Открытие новых знаний	Построение в круг.Выполнение упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп	Выполняют построение в круг,ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы.Выполняют упражнения наименьшее количество раз	Выполняют построение в круг по указанию учителя.Выполняют перестроение в круг, взявшись за руки.Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя
4. Первичное закрепление материала	Выполнение упражнения в перелезании опираясь на предплечья и колени, на животе	Выполняют перелезание через препятствие высотой 40-50 см (с помощью учителя)	Выполняют перелезание через препятствие высотой 40-50 см
5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с прыжками	Участвуют в игре, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий	Играют в игру после показа учителем
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 3-4 упражнения для	Совместно с родителем выполняют 1-2 упражнения	Самостоятельно выполняют 3-4 упражнения

	укрепления голеностопных суставов и стоп		
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 35

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	2		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, скамейки		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Ходьба по гимнастической скамейке прямо, правым, левым боком с различными положениями рук		
Цель	Развитие координации, ловкости		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: обучать технике ходьбы по гимнастической скамейке сохраняя равновесие· Коррекционно-развивающие: формировать правильную осанку· Коррекционно- воспитательные: воспитывать чувство коллективизма и взаимопомощи		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Построение в шеренгу	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания.Выполнение ходьбы с различными движениями рук	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют ходьбу с различными положениями рук, ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют ходьбу с различными положениями рук, ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Открытие новых знаний	Построение в круг.Комплекс упражнений на укрепление кистей рук и пальцев	Выполняют построение в круг,ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Выполняют построение в круг по указанию учителя.Выполняют перестроение в круг, взявшись за руки.Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя
4. Первичное закрепление материала	Прохождение по гимнастической скамейке, сохраняя равновесие	Выполняют ходьбу по гимнастической скамейке прямо, правым, левым боком с различными положениями рук, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Выполняют ходьбу по гимнастической скамейке прямо, правым, левым боком с различными положениями рук
5. Включение в систему знаний и повторение	Коррекционная игра	Участвуют в игре, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий	Играют в игру после показа учителем
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 3-4 упражнения на укрепление кистей рук и пальцев	Совместно с родителем выполняют 1-2 упражнения	Самостоятельно выполняют 3-4 упражнения
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 36

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	2		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, скамейки		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Комплекс упражнений с гимнастической скакалкой		
Цель	Развитие координации, ловкости		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: разучить упражнения со скакалкой· Коррекционно- развивающие: формировать правильную осанку· Коррекционно- воспитательные: воспитывать чувство коллективизма и взаимопомощи		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания.Выполнение ходьбы с прыжками, доставая рукой ленточки	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют ходьбу с прыжками, ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют ходьбу с различными положениями рук, ориентируясь на образец выполнения учителем

3. Открытие новых знаний	Выполнение общеразвивающих упражнений в колонне по одному в движении	Выполняют построение в круг,ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Выполняют построение в круг по указанию учителя.Выполняют перестроение в круг, взявшись за руки.Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя
4. Первичное закрепление материала	Выполнение упражнений со скакалкой: удержание, складывание, завязывание скакалки	Выполняют ходьбу по гимнастической скамейке прямо, правым, левым боком с различными положениями рук, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Выполняют ходьбу по гимнастической скамейке прямо, правым, левым боком с различными положениями рук
5. Включение в систему знаний и повторение	Выполнение прыжков через скакалку	Участвуют в игре, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий	Играют в игру после показа учителем
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 2-3 упражнения со скакалкой	Совместно с родителем выполняют 1-2 упражнения	Самостоятельно выполняют 2-3 упражнения
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 37

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, мячи
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Упражнения для формирования правильной осанки

Цель	Формирование навыков правильной осанки, повышение уровня мотивации к здоровому образу жизни		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: разучить упражнения, формирующие правильную осанку, закрепить знания о влиянии неправильной осанки на здоровье человека.· Коррекционно- развивающие: укрепление мышечного корсета, улучшение нервно-мышечной координации· Коррекционно- воспитательные: формировать коммуникативные навыки		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания.Выполнение обыкновенной ходьбы в чередовании с ходьбой по линии, обозначенной на полу, сохраняя равновесие	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют ходьбу по инструкции учителя
3. Открытие новых знаний	Закрепление положения правильной осанки	Бросают и ловят волейбольные мячи по прямому указанию учителя	Выполняют коррегирующие и общеразвивающие упражнения без предметов после показа учителем
4. Первичное закрепление материала	Выполнение упражнений у вертикальной плоскости для формирования правильной осанки	Выполняют упражнения на формирование правильной осанки, ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Выполняют упражнения на формирование правильной осанки, ориентируясь на образец выполнения учителем
5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с бросанием и ловлей	Участвуют в коррекционной игре по инструкции учителя	Участвуют в игре после инструкции учителя

6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 3-4 упражнения на осанку	Совместно с родителем выполняют 1-2 упражнения	Самостоятельно выполняют 3-4 упражнения
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 38

Предмет	Адаптивная физическая культура	
Класс	2	
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, мячи	
Тип урока	Урок открытия новых знаний	
Тема	Упражнения с малыми мячами	
Цель	Развитие координационных способностей	
Задачи	· Коррекционно- образовательные: учить удерживать мяч и выполнять упражнения с ним, согласованию движения и дыхания.· Коррекционно- развивающие: развивать ловкость· Коррекционно- воспитательные: формировать морально-волевые качества	
Этапы урока	Содержание деятельности	
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся

		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания.Выполнение ходьбы со сменой положений рук	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют двигательные действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют двигательные действия ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Открытие новых знаний	Повторение размещения «врассыпную»	Размещаются «врассыпную» с помощью учителя	Размещаются «врассыпную»
4. Первичное закрепление материала	Выполнение перекладывания, перебрасывания, подбрасывания, разбрасывания и сбора, броска в пол, стену, вверх	Выполняют упражнения наименьшее количество раз	Выполняют упражнения с малыми мячами после показа учителем
5. Включение в систему знаний и повторение	Игровые задания на метание колец на шесты	Метают кольца на шесты после инструкции и неоднократного показа учителя	Метают кольца на шесты после инструкции учителя
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 3-4 упражнения на осанку	Совместно с родителем выполняют 1-2 упражнения	Самостоятельно выполняют 3-4 упражнения
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 39

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	2		
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, мячи		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Стойка на одной ноге, другая согнута вперед, руки в различных исходных положениях		
Цель	**Развитие координации движений**		
Задачи	Коррекционно- образовательные: **учить правильному выполнению простых физических упражнений**, повторить строевые действияКоррекционно- развивающие: развивать ловкостьКоррекционно- воспитательные: **воспитать доброжелательность**		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно- пространственные опоры
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение построений в шеренгу, в колонну по одному	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно- пространственные опоры

3. Открытие новых знаний	Освоение бега в медленном темпе, чередование ходьбы и бега.Выполнение упражнений на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища	Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы.Выполняют основные положения и движения рук, ног, головы, туловища с наименьшим количеством раз	Выполняют упражнения на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища.Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп, дистанцию во время движения, удерживая правильную осанку во время ходьбы
4. Первичное закрепление материала	Удержание равновесия во время выполнения упражнения	Выполняют упражнения на равновесие с помощью учителя	Выполняют упражнения на равновесие по показу учителя
5. Включение в систему знаний и повторение	Коррекционная игра на развитие точности движений	Участвуют в игре после инструкции и показа учителя	Играют в коррекционную игру
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить комплекс упражнений	Совместно выполнить 2-3 упражнения комплекса (по возможности)	Самостоятельно выполняют комплекс упражнений
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты

Урок 40

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, мячи
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Упражнения с большими мячами

Цель	Развитие координационных способностей		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: учить удерживать мяч и выполнять упражнения с ним, согласованию движения и дыхания.· Коррекционно- развивающие: развивать ловкость· Коррекционно- воспитательные: формировать морально-волевые качества		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания.Выполнение ходьбы со сменой положений рук	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют двигательные действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют двигательные действия ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Открытие новых знаний	Повторение размещения «врассыпную»	Размещаются «врассыпную» с помощью учителя	Размещаются «врассыпную»
4. Первичное закрепление материала	Выполнение перекладывания, подбрасывания, перебрасывания мяча, бросание в пол, в стену и ловля его	Выполняют упражнения наименьшее количество раз	Выполняют упражнения с малыми мячами после показа учителем
5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с прыжками	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 3-4 упражнения на осанку	Совместно с родителем выполняют 1-2 упражнения	Самостоятельно выполняют 3-4 упражнения

7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 41

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	2		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Игры с элементами корригирующих упражнений: «Ловишка, бери ленту», «Салки»		
Цель	Развитие ловкости		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: формировать умение учить соблюдать правила: начинать игру по сигналу· Коррекционно- развивающие: развивать пространственно- временную дифференцировку· Коррекционно-воспитательные: воспитывать целеустремлённость, положительный эмоциональный настрой		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение ходьбы со сменой положения рук	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп	Выполняют упражнения наименьшее количество раз	Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Выполнение игровых упражнений в беге в различных направлениях, на скорость не наталкиваясь, друг на друга, действие по сигналу и согласно правилам игры	Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя)	Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 2-3 упражнения для укрепления голеностопных суставов и стоп	Повторить за родителем 1-2 упражнения	Самостоятельно выполнить 2-3 упражнения
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 42

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)

Тема	Игры с элементами корригирующих упражнений: «Ловишка, бери ленту», «Салки»		
Цель	Развитие ловкости		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: формировать умение учить соблюдать правила: начинать игру по сигналу· Коррекционно- развивающие: развивать пространственно- временную дифференцировку· Коррекционно-воспитательные: воспитывать целеустремлённость, положительный эмоциональный настрой		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение ходьбы со сменой положения рук	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп	Выполняют упражнения наименьшее количество раз	Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Выполнение игровых упражнений в беге в различных направлениях, на скорость не наталкиваясь, друг на друга, действие по сигналу и согласно правилам игры	Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя)	Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя

5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 2-3 упражнения для укрепления голеностопных суставов и стоп	Повторить за родителем 1-2 упражнения	Самостоятельно выполнить 2-3 упражнения
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 43

Предмет	Адаптивная физическая культура	
Класс	2	
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы	
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)	
Тема	Игры на развитие внимания, памяти, точности движений: «Школа мяча», «Сбей кеглю»	
Цель	Развитие ловкости, глазомер, внимание	
Задачи	· Коррекционно- образовательные: учить детей подбрасывать мяч вверх и ловить его с отскоком от пола, вести мяч по кругу, змейкой между предметами, прокатывать его по ограниченной поверхности с заданной траекторией· Коррекционно-развивающие: развивать глазомер, силу и точность броска· Коррекционно- воспитательные: воспитывать целеустремлённость, положительный эмоциональный настрой	
Этапы урока	Содержание деятельности	
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся

		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Ходьба с хлопками	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют ходьбу по показу учителя
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение упражнений с волейбольным мячом	Выполняют 5-6 упражнения с мячом	Выполняют упражнения по инструкции учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Выполнение игровых заданий в бросках и ловле мяча из разных положений, двумя руками, правой и левой рукой	Осваивают и используют игровые умения с помощью	Осваивают и используют игровые умения
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 2-3 упражнения для укрепления голеностопных суставов и стоп	Повторить за родителем 1-2 упражнения	Самостоятельно выполнить 2-3 упражнения
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 44

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2

Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Игры на развитие внимания, памяти, точности движений: «Школа мяча», «Сбей кеглю»		
Цель	Развитие ловкости, глазомер, внимание		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: учить детей подбрасывать мяч вверх и ловить его с отскоком от пола, вести мяч по кругу, змейкой между предметами, прокатывать его по ограниченной поверхности с заданной траекторией· Коррекционно-развивающие: развивать глазомер, силу и точность броска· Коррекционно- воспитательные: воспитывать целеустремлённость, положительный эмоциональный настрой		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Ходьба с хлопками	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют ходьбу по показу учителя
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение упражнений с волейбольным мячом	Выполняют 5-6 упражнения с мячом	Выполняют упражнения по инструкции учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Выполнение игровых заданий в бросках и ловле мяча из разных	Осваивают и используют игровые умения с помощью	Осваивают и используют игровые умения

	положений, двумя руками, правой и левой рукой		
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 2-3 упражнения для укрепления голеностопных суставов и стоп	Повторить за родителем 1-2 упражнения	Самостоятельно выполнить 2-3 упражнения
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 45

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2
Материально-техническое обеспечение	Презентация (по возможности), лыжный инвентарь
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Одежда и обувь для занятий лыжной подготовкой, техника безопасности на лыжне
Цель	Формирование представление об экипировке лыжника: обувь и одежда лыжника
Задачи	· Коррекционно- образовательные: рассказать об одежде и обуви лыжника, об инвентаре.· Коррекционно- развивающие: развивать самостоятельность· Коррекционно- воспитательные: формировать ответственность, дисциплинированность
Этапы урока	Содержание деятельности

	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания.Беседа о этапах подготовки к занятию лыжами: одежда и обувь, основные требования к технике безопасности	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Рассматривают одежду и обувь лыжника, лыжный инвентарь.Отвечают на вопросы односложно	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Самостоятельно готовятся к уроку физической культуры.Отвечают на вопросы целыми предложениями
3. Открытие новых знаний	Тренировочные упражнения по подбору и одеванию одежды и обуви для занятий	Одевают самостоятельно или с помощью педагога форму для занятий лыжной подготовкой	Одевают самостоятельно или с помощью педагога форму для занятий лыжной подготовкой
4. Первичное закрепление материала	Подборка лыжного инвентаря	Подбирают с помощью педагога	Самостоятельно подбирают лыжный инвентарь
5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с бегом	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: подготовить лыжный инвентарь и форму для занятий лыжной подготовкой	Совместно с родителем готовят	Самостоятельно готовятся к лыжной подготовке
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 46

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	2		
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Подготовка инвентаря для занятий лыжами		
Цель	Формирование представление об экипировке лыжника: обувь и одежда лыжника		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: повторить правила подготовки к занятиям лыжной подготовкой, ознакомить с передвижением в колонне с лыжами и на лыжах по учебному кругу за учителем· Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений· Коррекционно- воспитательные: формировать ответственность, самостоятельность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания.Тренировочные упражнение в одевании и закреплении креплений	Одевают самостоятельно или с помощью педагога форму для занятий лыжной подготовкой, подбирают лыжи и палки с помощью учителя	Самостоятельно готовятся к уроку физической культуры, подбирают лыжи, передвигаются к месту занятий
3. Открытие новых знаний	Выполнение построений с лыжами в шеренгу	Выполняют построение в шеренгу, колонну	Выполняют построение в шеренгу, колонну

4. Первичное закрепление материала	Передвижение с лыжами в колонну по одному с соблюдением техники безопасности	Передвигаются к месту занятий в колонне по одному с лыжами в руках	Передвигаются к месту занятий в колонне по одному с лыжами в руках
5. Включение в систему знаний и повторение	Передвижение ступающим шагом	Выполняют передвижение ступающим шагом на площадке	Выполняют передвижение ступающим шагом по учебному кругу
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: подготовить лыжный инвентарь и форму для занятий лыжной подготовкой	Совместно с родителем готовят	Самостоятельно готовятся к лыжной подготовке
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 47

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Подготовка инвентаря для занятий лыжами
Цель	Формирование представление об экипировке лыжника: обувь и одежда лыжника
Задачи	· Коррекционно- образовательные: повторить правила подготовки к занятиям лыжной подготовкой, закрепить правила передвижение в колонне с лыжами и на лыжах по учебному кругу за учителем· Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений· Коррекционно- воспитательные: формировать ответственность, самостоятельность

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания.Тренировочные упражнение в одевании и закреплении креплений	Одевают самостоятельно или с помощью педагога форму для занятий лыжной подготовкой, подбирают лыжи и палки с помощью учителя	Самостоятельно готовятся к уроку физической культуры, подбирают лыжи, передвигаются к месту занятий
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение построений с лыжами в шеренгу.Передвижение с лыжами в колонну по одному с соблюдением техники безопасности	Выполняют построение в шеренгу, колонну.Передвигаются к месту занятий в колонне по одному с лыжами в руках	Выполняют построение в шеренгу, колонну.Передвигаются к месту занятий в колонне по одному с лыжами в руках
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Передвижение ступающим шагом	Выполняют передвижение ступающим шагом на площадке	Выполняют передвижение ступающим шагом по учебному кругу
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: подготовить лыжный инвентарь и форму для занятий лыжной подготовкой	Совместно с родителем готовят	Самостоятельно готовятся к лыжной подготовке
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности по вопросам учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 48

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	2		
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Построение в шеренгу по одному с лыжами в руках		
Цель	Формирование представление о строевых действиях с лыжами и способов передвижения на лыжах		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: повторить строевые действиям с лыжами, закрепить передвижение в колонне с лыжами и на лыжах по учебному кругу· Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений· Коррекционно-воспитательные: формировать ответственность, самостоятельность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Определение свое место в строю, построение в шеренгу	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют строевые действия с лыжами по сигналу учителя	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия по сигналу учителя
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение команд с лыжами в руках	Передвигаются к месту занятий под контролем учителя	Передвигаются к месту занятий, соблюдая технику безопасности при передвижении в колонне с лыжами

4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Передвижение ступающим шагом	Выполняют передвижение ступающим шагом на площадке	Передвигаются ступающим шагом по лыжне
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: подготовить лыжный инвентарь и форму для занятий лыжной подготовкой	Совместно с родителем готовят	Самостоятельно готовятся к лыжной подготовке
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности по вопросам учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 49

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Построение в шеренгу на лыжах
Цель	Формирование представление о строевых действиях с лыжами и способов передвижения на лыжах
Задачи	· Коррекционно- образовательные: повторить строевые действиям с лыжами, закрепить передвижение в колонне с лыжами и на лыжах по учебному кругу· Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений· Коррекционно-воспитательные: формировать ответственность, самостоятельность

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Определение свое место в строю, построение в шеренгу	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют строевые действия с лыжами по сигналу учителя	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия по сигналу учителя
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение команд с лыжами в руках	Передвигаются к месту занятий под контролем учителя	Передвигаются к месту занятий, соблюдая технику безопасности при передвижении в колонне с лыжами
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Передвижение ступающим шагом	Выполняют передвижение ступающим шагом на площадке	Передвигаются ступающим шагом по лыжне
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: подготовить лыжный инвентарь и форму для занятий лыжной подготовкой	Совместно с родителем готовят	Самостоятельно готовятся к лыжной подготовке
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности по вопросам учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 50

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	2		
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Выполнение команд с лыжами в руках		
Цель	Формирование представление о строевых действиях с лыжами и способов передвижения на лыжах		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: учить выполнять строевые действиям с лыжами, повторить передвижение в колонне с лыжами и на лыжах по учебному кругу· Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений· Коррекционно- воспитательные: формировать ответственность, самостоятельность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Определение свое место в строю, построение в шеренгу	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют строевые действия с лыжами по сигналу учителя	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия по сигналу учителя
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение команд с лыжами в руках	Передвигаются к месту занятий под контролем учителя	Передвигаются к месту занятий, соблюдая технику безопасности при передвижении в колонне с лыжами

4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Передвижение ступающим шагом	Выполняют передвижение ступающим шагом на площадке	Передвигаются ступающим шагом по лыжне
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: подготовить лыжный инвентарь и форму для занятий лыжной подготовкой	Совместно с родителем готовят	Самостоятельно готовятся к лыжной подготовке
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности по вопросам учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 51

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Выполнение команд на лыжах
Цель	Формирование представление о строевых действиях и способов передвижения на лыжах
Задачи	· Коррекционно- образовательные: учить выполнять строевые действиям на лыжах, закрепить передвижение в колонне с лыжами и на лыжах по учебному кругу· Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений· Коррекционно- воспитательные: формировать ответственность, самостоятельность

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Определение свое место в строю, построение в шеренгу	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют строевые действия с лыжами по сигналу учителя	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия по сигналу учителя
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение команд с лыжами в руках	Передвигаются к месту занятий под контролем учителя	Передвигаются к месту занятий, соблюдая технику безопасности при передвижении в колонне с лыжами
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Выполнение команд: «В колонну по одному на лыжах без палок, марш!»Передвижение ступающим шагом	Выполняют передвижение ступающим шагом на площадке	Передвигаются ступающим шагом по лыжне
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: тренировочные упражнения по завязыванию шнурков на ботинках	Совместно с родителем готовят	Тренируются в завязывании шнурков на ботинках
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности по вопросам учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 52

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	2		
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Передвижение в колонне по одному с лыжами в руках		
Цель	Формирование представление о строевых действиях и способов передвижения на лыжах		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: учить выполнять строевые действиям на лыжах, закрепить передвижение в колонне с лыжами и на лыжах по учебному кругу· Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений· Коррекционно- воспитательные: формировать ответственность, самостоятельность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Определение свое место в строю, построение в шеренгу	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности)	Демонстрируют выполнение домашнего задания
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение команд с лыжами в руках и передвижение в колонне по одному с лыжами в руках к учебному кругу	Выполняют строевые действия с лыжами по сигналу учителя,	Выполняют строевые действия по сигналу учителя, передвигаются к месту занятий,

		передвигаются к месту занятий под контролем учителя	соблюдая технику безопасности при передвижении в колонне с лыжами
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Выполнение команд: «В колонну по одному на лыжах без палок, марш!»Передвижение ступающим шагом	Выполняют передвижение ступающим шагом на площадке	Передвигаются ступающим шагом по лыжне
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: тренировочные упражнения по завязыванию шнурков на ботинках	Совместно с родителем готовят	Тренируются в завязывании шнурков на ботинках
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности по вопросам учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 53

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Передвижение в колонне по одному на лыжах без палок
Цель	Формирование представление о строевых действиях и способов передвижения в колонне по одному на лыжах

Задачи	· Коррекционно- образовательные: повторить строевые действиям на лыжах, закрепить передвижение в колонне на лыжах по учебному кругу· Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений· Коррекционно-воспитательные: формировать ответственность, самостоятельность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Определение свое место в строю, построение в шеренгу	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности)	Демонстрируют выполнение домашнего задания
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение команд с лыжами в руках и передвижение в колонне по одному с лыжами в руках к учебному кругу	Выполняют строевые команды с лыжами и строевые действия на лыжах по образцу	Выполняют строевые команды с лыжами и строевые действия на лыжах
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Передвижение в колонне по одному без палок сохраняя безопасную дистанцию	Выполняют передвижение в колонне по одному на лыжах без палок наименьшее количество раз	Выполняют передвижение в колонне по одному на лыжах без палок
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: тренировочные упражнения по завязыванию шнурков на ботинках	Совместно с родителем готовят	Тренируются в завязывании шнурков на ботинках
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности по вопросам учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 54

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	2		
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Передвижение в колонне по одному на лыжах без палок		
Цель	Формирование представление о строевых действиях и способов передвижения в колонне по одному на лыжах		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: закрепить строевые действиям на лыжах, повторить передвижение в колонне на лыжах по учебному кругу· Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений· Коррекционно-воспитательные: формировать ответственность, самостоятельность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Определение свое место в строю, построение в шеренгу	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности)	Демонстрируют выполнение домашнего задания

3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение команд с лыжами в руках и передвижение в колонне по одному с лыжами в руках к учебному кругу	Выполняют строевые команды с лыжами и строевые действия на лыжах по образцу	Выполняют строевые команды с лыжами и строевые действия на лыжах
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Передвижение в колонне по одному без палок сохраняя безопасную дистанцию	Выполняют передвижение в колонне по одному на лыжах без палок наименьшее количество раз	Выполняют передвижение в колонне по одному на лыжах без палок
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: тренировочные упражнения по завязыванию шнурков на ботинках	Совместно с родителем готовят	Тренируются в завязывании шнурков на ботинках
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности по вопросам учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 55

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Передвижение в колонне по одному на лыжах без палок
Цель	Формирование представление о строевых действиях и способов передвижения в колонне по одному на лыжах

Задачи	· Коррекционно- образовательные: повторить строевые действиям на лыжах, совершенствовать способ передвижение в колонне на лыжах по учебному кругу· Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений· Коррекционно- воспитательные: формировать ответственность, самостоятельность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Определение свое место в строю, построение в шеренгу	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности)	Демонстрируют выполнение домашнего задания
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение команд с лыжами в руках и передвижение в колонне по одному с лыжами в руках к учебному кругу	Выполняют строевые команды с лыжами и строевые действия на лыжах по образцу	Выполняют строевые команды с лыжами и строевые действия на лыжах
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Передвижение в колонне по одному без палок сохраняя безопасную дистанцию	Выполняют передвижение в колонне по одному на лыжах без палок наименьшее количество раз	Выполняют передвижение в колонне по одному на лыжах без палок
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: тренировочные упражнения по завязыванию шнурков на ботинках	Совместно с родителем готовят	Тренируются в завязывании шнурков на ботинках
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности по вопросам учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 56

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	2		
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Ходьба на лыжах ступающим шагом без палок по кругу друг за другом		
Цель	Формирование представление о способах передвижения на лыжах		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: повторить строевые действиям на лыжах, совершенствовать способ передвижение ступающим шагом на лыжах по учебному кругу· Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений· Коррекционно-воспитательные: формировать ответственность, самостоятельность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение построений с лыжами в шеренгу.Передвижение с	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют строевые команды с лыжами и строевые действия на	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые команды с лыжами и строевые действия на

	лыжами в колонну по одному с соблюдением техники безопасности	лыжах по образцу.Передвигаются колонне по одному с лыжами в руках	лыжах.Передвигаются колонне по одному с лыжами в руках
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение передвижений на лыжах ступающим шагом, сохраняя равновесии, правильно вставать после падения	Передвигаются на лыжах ступающим шагом	Передвигаются на лыжах ступающим, скользящим шагом
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Выполнение спуск с горы на лыжах и подъем ступающим шагом	Выполняют среднюю стойку на лыжах на поверхности без уклона	Выполняют спуск с горы на лыжах и подъем ступающим шагом
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: имитируют стойку лыжника во время спуска с горы на лыжах	Выполняют стойку лыжника во время спуска	Выполняют стойку лыжника во время спуска
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности по вопросам учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 57

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)

Тема	Ходьба на лыжах ступающим шагом без палок по кругу друг за другом		
Цель	Формирование представление о способах передвижения на лыжах		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: повторить строевые действиям на лыжах, совершенствовать способ передвижение ступающим шагом на лыжах по учебному кругу· Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений· Коррекционно-воспитательные: формировать ответственность, самостоятельность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение построений с лыжами в шеренгу.Передвижение с лыжами в колонну по одному с соблюдением техники безопасности	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют строевые команды с лыжами и строевые действия на лыжах по образцу.Передвигаются колонне по одному с лыжами в руках	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые команды с лыжами и строевые действия на лыжах.Передвигаются колонне по одному с лыжами в руках
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение передвижений на лыжах ступающим шагом, сохраняя равновесии, правильно вставать после падения	Передвигаются на лыжах ступающим шагом	Передвигаются на лыжах ступающим, скользящим шагом
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Выполнение спуск с горы на лыжах и подъем ступающим шагом	Выполняют среднюю стойку на лыжах на поверхности без уклона	Выполняют спуск с горы на лыжах и подъем ступающим шагом

5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: имитируют стойку лыжника во время спуска с горы на лыжах	Выполняют стойку лыжника во время спуска	Выполняют стойку лыжника во время спуска
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности по вопросам учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 58

Предмет	Адаптивная физическая культура	
Класс	2	
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь	
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)	
Тема	Ходьба на лыжах ступающим шагом без палок по кругу друг за другом	
Цель	Формирование представление о способах передвижения на лыжах	
Задачи	· Коррекционно- образовательные: повторить строевые действиям на лыжах, совершенствовать способ передвижение ступающим шагом на лыжах по учебному кругу· Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений· Коррекционно-воспитательные: формировать ответственность, самостоятельность	
Этапы урока	Содержание деятельности	
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся

		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение построений с лыжами в шеренгу.Передвижение с лыжами в колонну по одному с соблюдением техники безопасности	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют строевые команды с лыжами и строевые действия на лыжах по образцу.Передвигаются колонне по одному с лыжами в руках	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые команды с лыжами и строевые действия на лыжах.Передвигаются колонне по одному с лыжами в руках
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение передвижений на лыжах ступающим шагом, сохраняя равновесии, правильно вставать после падения	Передвигаются на лыжах ступающим шагом	Передвигаются на лыжах ступающим, скользящим шагом
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Выполнение спуск с горы на лыжах и подъем ступающим шагом	Выполняют среднюю стойку на лыжах на поверхности без уклона	Выполняют спуск с горы на лыжах и подъем ступающим шагом
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: демонстрируют стойку лыжника во время спуска с горы на лыжах	Выполняют стойку лыжника во время спуска	Выполняют стойку лыжника во время спуска
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности по вопросам учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 59

Предмет	Адаптивная физическая культура

Класс	2		
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Ходьба на лыжах ступающим шагом без палок по кругу друг за другом		
Цель	Формирование представление о способах передвижения на лыжах		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: повторить строевые действиям на лыжах, совершенствовать способ передвижение ступающим шагом на лыжах по учебному кругу· Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений· Коррекционно-воспитательные: формировать ответственность, самостоятельность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение построений с лыжами в шеренгу.Передвижение с лыжами в колонну по одному с соблюдением техники безопасности	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют строевые команды с лыжами и строевые действия на лыжах по образцу.Передвигаются колонне по одному с лыжами в руках	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые команды с лыжами и строевые действия на лыжах.Передвигаются колонне по одному с лыжами в руках
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение передвижений на лыжах ступающим шагом, сохраняя равновесии, правильно вставать после падения	Передвигаются на лыжах ступающим шагом	Передвигаются на лыжах ступающим, скользящим шагом

4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Выполнение спуск с горы на лыжах и подъем ступающим шагом	Выполняют среднюю стойку на лыжах на поверхности без уклона	Выполняют спуск с горы на лыжах и подъем ступающим шагом
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: имитируют стойку лыжника во время спуска с горы на лыжах	Выполняют стойку лыжника во время спуска	Выполняют стойку лыжника во время спуска
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности по вопросам учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 60

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Ходьба на лыжах ступающим шагом без палок по кругу друг за другом
Цель	Формирование представление о способах передвижения на лыжах
Задачи	· Коррекционно- образовательные: повторить строевые действиям на лыжах, совершенствовать способ передвижение ступающим шагом на лыжах по учебному кругу· Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений· Коррекционно-воспитательные: формировать ответственность, самостоятельность

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение построений с лыжами в шеренгу.Передвижение с лыжами в колонну по одному с соблюдением техники безопасности	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют строевые команды с лыжами и строевые действия на лыжах по образцу.Передвигаются колонне по одному с лыжами в руках	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые команды с лыжами и строевые действия на лыжах.Передвигаются колонне по одному с лыжами в руках
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение передвижений на лыжах ступающим шагом, сохраняя равновесии, правильно вставать после падения	Передвигаются на лыжах ступающим шагом	Передвигаются на лыжах ступающим, скользящим шагом
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Выполнение спуск с горы на лыжах и подъем ступающим шагом	Выполняют среднюю стойку на лыжах на поверхности без уклона	Выполняют спуск с горы на лыжах и подъем ступающим шагом
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: имитируют стойку лыжника во время спуска с горы на лыжах	Выполняют стойку лыжника во время спуска	Выполняют стойку лыжника во время спуска
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности по вопросам учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 61

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	2		
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Прохождение на лыжах за урок от 0,5 до 0,6 км		
Цель	Закрепление способов передвижения на лыжах		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: повторить строевые действиям на лыжах, совершенствовать способ передвижение на лыжах· Коррекционно- развивающие: развивать выносливость· Коррекционно- воспитательные: формировать ответственность, самостоятельность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение построений с лыжами в шеренгу	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют строевые команды с лыжами и строевые действия на лыжах по образцу	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые команды с лыжами и строевые действия на лыжах

3. Включение изученного в систему знаний	Передвижение с лыжами в колонну по одному с соблюдением техники безопасности	Передвигаются колонне по одному с лыжами в руках	Передвигаются колонне по одному с лыжами в руках
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Преодоление дистанции в быстром темпе за урок	Передвигаются колонне по одному с лыжами в руках. Преодолевают дистанцию в произвольном темпе	Передвигаются колонне по одному с лыжами в руках. Преодолевают дистанцию в быстром темпе
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: имитируют стойку лыжника во время спуска с горы на лыжах	Выполняют стойку лыжника во время спуска	Выполняют стойку лыжника во время спуска
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности по вопросам учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 62

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Прохождение на лыжах за урок от 0,5 до 0,6 км
Цель	Закрепление способов передвижения на лыжах

Задачи	· Коррекционно- образовательные: повторить строевые действиям на лыжах, совершенствовать способ передвижение на лыжах· Коррекционно- развивающие: развивать выносливость· Коррекционно- воспитательные: формировать ответственность, самостоятельность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение построений с лыжами в шеренгу	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют строевые команды с лыжами и строевые действия на лыжах по образцу	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые команды с лыжами и строевые действия на лыжах
3. Включение изученного в систему знаний	Передвижение с лыжами в колонну по одному с соблюдением техники безопасности	Передвигаются колонне по одному с лыжами в руках	Передвигаются колонне по одному с лыжами в руках
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Преодоление дистанции в быстром темпе за урок	Передвигаются колонне по одному с лыжами в руках. Преодолевают дистанцию в произвольном темпе	Передвигаются колонне по одному с лыжами в руках. Преодолевают дистанцию в быстром темпе
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: подготовить форму для занятий в зале		Выполняют стойку лыжника во время спуска
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности по вопросам учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 63

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	2		
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Правила закаливания		
Цель	**Ознакомление с основами и средствами закаливания**		
Задачи	Коррекционно- образовательные: **учить правильному выполнению простых физических упражнений**, формировать представление о средствах и принципах закаливания, повторить строевые действияКоррекционно- развивающие: развивать координацию движенийКоррекционно- воспитательные: **воспитать ответственное отношение к собственному здоровью**		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
	Минимальный уровень	Достаточный уровень	
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно- пространственные опоры

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Беседа об основных правилах и средств закаливания.	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Слушают объяснение педагога по теме с четким смысловыми акцентами и опорой на наглядность (картинки по теме урока). Отвечают на вопросы односложно	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Слушают объяснение педагога по теме с четким смысловыми акцентами и опорой на наглядность (картинки по теме урока). Отвечают на вопросы предложениями
3. Открытие новых знаний	Выполнение общеразвивающих упражнений в колонне по одному в движении	Выполняют упражнения наименьшее количество раз	Выполняют общеразвивающие упражнения в колонне по одному в движении
4. Первичное закрепление материала	Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений	Выполняют 5-6 упражнений	Выполняют комплекс упражнений показу и инструкции учителя
5. Включение в систему знаний и повторение	Коррекционная игра	Участвуют в коррекционной игре под контролем учителя	Играют в игру после инструкции учителя
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить комплекс упражнений	Совместно с родителем осуществляет подготовку к уроку	Самостоятельно готовятся к следующему уроку
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты

Урок 64

Предмет	Адаптивная физическая культура

Класс	2		
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Техника безопасности и правила поведения		
Цель	**Объяснение важности соблюдения правил безопасности** в зале		
Задачи	Коррекционно- образовательные: **учить соблюдать** правила поведения в зале, разучить подвижную игру с бегом и прыжками, закрепить комплекс упражнений типа зарядки.Коррекционно- развивающие: развивать быстроту, ловкость.Коррекционно- воспитательные: **воспитать дисциплинированность**		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Беседа о правилах поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Отвечают на вопросы односложно.	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Отвечают на вопросы предложениями

3. Открытие новых знаний	Выполнение различных видов ходьбы в колонне	Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем своде стопы	Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы
4. Первичное закрепление материала	Выполнение комплекса упражнений для утренней зарядки	Выполняют упражнения с мячом по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий и операций в последовательности их выполнения, под пооперационным (пошаговым) контролем учителя (при необходимости)	Выполняют комплекс упражнений по показу и инструкции учителя
5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с бегом и прыжками	Участвуют в подвижной игре после инструкции и показа учителя	Играют в подвижную игру
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить комплекс упражнений типа зарядки	Совместно выполнить 2-3 упражнения комплекса (по возможности)	Самостоятельно выполняют комплекс упражнений
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты

Урок 65

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Игры с элементами общеразвивающих упражнений

Цель	Развитие и коррекция двигательных функций		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: восполнить дефицит двигательной активности с учётом конкретного дефекта.· Коррекционно- развивающие: **дифференцировать пространственные параметры движения**· Коррекционно-воспитательные: формировать морально-волевые качества		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания.Выполнение построений в шеренгу и колонну	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение ходьбы с хлопками.Выполнение упражнений с волейбольным мячом	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют 3-4 упражнения с мячом	Выполняют ходьбу по показу учителя.Выполняют упражнения по инструкции учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Подвижная игра на повторение движений педагога или ведущего, действие по сигналу, согласно правилам игры	Осваивают и используют игровые умения	Участвуют в игре после инструкции учителя
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 2-3 упражнения без предмета	Повторить за родителем 1-2 упражнения без предмета	Самостоятельно выполнить 2-3 упражнения

6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 66

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	2		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Игры с элементами общеразвивающих упражнений		
Цель	Развитие и коррекция двигательных функций		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: восполнить дефицит двигательной активности с учётом конкретного дефекта.· Коррекционно- развивающие: **дифференцировать пространственные параметры движения**· Коррекционно-воспитательные: формировать морально-волевые качества		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания.Выполнение построений в шеренгу и колонну	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение ходьбы с хлопками.Выполнение упражнений с волейбольным мячом	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют 3-4 упражнения с мячом	Выполняют ходьбу по показу учителя.Выполняют упражнения по инструкции учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Подвижная игра на повторение движений педагога или ведущего, действие по сигналу, согласно правилам игры	Осваивают и используют игровые умения	Участвуют в игре после инструкции учителя
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 2-3 упражнения без предмета	Повторить за родителем 1-2 упражнения без предмета	Самостоятельно выполнить 2-3 упражнения
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 67

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы

Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Игры с элементами общеразвивающих упражнений		
Цель	Развитие и коррекция двигательных функций		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: восполнить дефицит двигательной активности с учётом конкретного дефекта.· Коррекционно- развивающие: **дифференцировать пространственные параметры движения**· Коррекционно-воспитательные: формировать морально-волевые качества		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания.Выполнение построений в шеренгу и колонну	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение ходьбы с хлопками.Выполнение упражнений с волейбольным мячом	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют 3-4 упражнения с мячом	Выполняют ходьбу по показу учителя.Выполняют упражнения по инструкции учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Подвижная игра на повторение движений педагога или ведущего, действие по сигналу, согласно правилам игры	Осваивают и используют игровые умения	Участвуют в игре после инструкции учителя

5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 2-3 упражнения без предмета	Повторить за родителем 1-2 упражнения без предмета	Самостоятельно выполнить 2-3 упражнения
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 68

<table>
<tr><td>Предмет</td><td colspan="3">Адаптивная физическая культура</td></tr>
<tr><td>Класс</td><td colspan="3">2</td></tr>
<tr><td>Материально-техническое обеспечение</td><td colspan="3">Фишки, конусы</td></tr>
<tr><td>Тип урока</td><td colspan="3">Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)</td></tr>
<tr><td>Тема</td><td colspan="3">Игра с бросанием и ловлей мяча: «Бросить и поймать»</td></tr>
<tr><td>Цель</td><td colspan="3">Развитие общей моторики</td></tr>
<tr><td>Задачи</td><td colspan="3">· Коррекционно- образовательные: учить бегу в чередовании с ходьбой, повторить комплекс упражнений типа зарядки, формировать навык ловли и броска мяча· Коррекционно- развивающие: развивать ловкость· Коррекционно-воспитательные: формировать морально-волевые качества</td></tr>
<tr><td rowspan="3">Этапы урока</td><td colspan="3">Содержание деятельности</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Деятельность учителя</td><td colspan="2">Деятельность обучающихся</td></tr>
<tr><td>Минимальный уровень</td><td>Достаточный уровень</td></tr>
</table>

1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания.Выполнение построений в шеренгу и колонну	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение бега в чередовании с ходьбой в колонне по одному.Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений типа зарядки	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога.Выполняют построение в круг с помощью учителя	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Отвечают на вопросы целым предложением.Выполняют построение в круг и комплекс утренней зарядки по инструкции учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Подвижная игра в подбрасывании мяча, ловли его и быстром беге	Участвуют в игре по инструкции	Осваивают и используют игровые умения
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 2-3 упражнения без предмета	Повторить за родителем 1-2 упражнения без предмета	Самостоятельно выполнить 2-3 упражнения
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 69

Предмет	Адаптивная физическая культура

Класс	2		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Подвижная игра «Бездомный заяц»		
Цель	Формирование умения ориентировки в пространстве		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать умение перемещаться бегом в различных направлениях, повторить упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев, формировать навык ловли и броска мяча· Коррекционно- развивающие: **развивать ловкость, быстроту**· Коррекционно- воспитательные: формировать морально-волевые качества		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания.Выполнение построений в шеренгу и колонну	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение ходьбы со сменой положений рук.Знакомство с	Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя. Выполнение упражнений	Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу

	упражнениями для развития мышц кистей рук и пальцев	наименьшее количество раз.Слушают теоретический материал по правилам игр и поведения во время игр	учителя.Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Подвижная игра на перемещения бегом в различных направлениях, ориентировки в пространстве	Участвуют в игре по инструкции	Слушают теоретический материал по правилам игр и поведения во время игр.Осваивают и используют игровые умения
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 2-3 упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев	Повторить за родителем 1-2 упражнения	Самостоятельно выполнить 2-3 упражнения
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 70

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Подвижная игра с прыжками «Скок, поскок…»
Цель	Формирование умения ориентировки в пространстве

Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать умение ритмично ходить, повторить общеразвивающие упражнения, закрепить построение в круг· Коррекционно- развивающие: **развивать ловкость, быстроту**· Коррекционно- воспитательные: формировать умение взаимодействовать с партнером в игре		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания.Выполнение построений в шеренгу и колонну	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение бега в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога.Выполняют построение в круг с помощью учителя. Выполняют коррегирующие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Выполняют построение в круг и комплекс общеразвивающих упражнений по инструкции учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Подвижная игра на выполнение ритмичной ходьбы, прыжков	Осваивают и используют элементарные игровые технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником)	Осваивают и используют элементарные игровые технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником)
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 2-3 упражнения для	Повторить за родителем 1-2 упражнения	Самостоятельно выполнить 2-3 упражнения

	развития мышц кистей рук и пальцев		
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 71

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	2		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, шведская стенка		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Подвижная игра на развитие координации «Не намочи ноги»		
Цель	Развитие общей моторики		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать умение сохранять равновесие в ходьбе, упражнять в лазании по гимнастической стенкеКоррекционно- развивающие: **развивать ловкость, двигательную реакцию**Коррекционно- воспитательные: формировать умение взаимодействовать с партнером в игре		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания.Выполнение построений в шеренгу и колонну	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение комплекса упражнений в движении.Выполнение упражнений на сохранение равновесия в ходьбе.Выполнение лазания по гимнастической стенке	Выполняют комплекс упражнений наименьшее количество раз.Выполняют ходьбу по линии на носках, на пятках с различными положениями рук по показу учителя. Выполняют лазание на небольшую высоту	Выполняют комплекс упражнений по показу учителя.Выполняют ходьбу по линии на носках, на пятках с различными положениями рук.Выполняют лазание
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Подвижная игра на сохранение равновесия, выполнение действий согласно правилам игры	Осваивают и используют игровые умения	Осваивают и используют игровые умения
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить упражнение на равновесие	Выполнить упражнение в равновесии	Самостоятельно выполнить упражнения с закрытыми глазами
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 72

Предмет	Адаптивная физическая культура

Класс	2		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, флажки, маты		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Подвижные игры с бегом: «Пустое место»		
Цель	Формировать умение быстро принимать решения, быть внимательными и ловкими		
Задачи	1. Коррекционно- образовательные: учить различным видам ходьбы в колонне, познакомить с переноской гимнастических матов, с техникой выполнения прыжка в высотуКоррекционно- развивающие: быстроту, ловкостьКоррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплину, организованность, умение работать в команде		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания.Выполнение построений в шеренгу и колонну	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение различных видов ходьбы в колонне.Выполнение общеразвивающих упражнений с флажками.Знакомство с переноской	Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем своде стопы.Выполняют 5-6 упражнений с флажками.Выполняют прыжки после инструкции и неоднократного показа учителем (при	Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы.Выполняют комплекс упражнений с флажками.Выполняют

	гимнастических матов.Выполнение прыжка в высоту	необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий)	прыжки после инструкции и показа учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Подвижная игра с бегом на скорость	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру после инструкции и показа учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить приседания	Выполнить 5-6 приседаний	Выполнить 10 приседаний
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 73

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2
Материально-техническое обеспечение	Фишки, флажки, кегли, мячи
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Эстафеты с предметами
Цель	Формировать представление о спортивном соревновании- эстафете

Задачи	2. Коррекционно- образовательные: повторить комплекс общеразвивающих упражнений, познакомить с правилами и техникой безопасности во время проведения эстафетКоррекционно- развивающие: быстроту, ловкостьКоррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплину, организованность, умение работать в команде		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания.Подвижная игра с элементами перестроений	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение бега в чередовании с ходьбой.Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Эстафета с предметами	Участвуют в соревновательной деятельности по возможности (участвуют в эстафете)	Участвуют в соревновательной деятельности(участвуют в эстафете)
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить приседания	Выполнить 5-6 приседаний	Выполнить 10 приседаний
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 74

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	2		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, скакалки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Коррекционная игра «День и ночь»		
Цель	Формирование умения последовательно выполнять движения в играх и игровых заданиях		
Задачи	3. Коррекционно- образовательные: познакомить с упражнениями со скакалкой, формировать умение выполнять упражнения в определенном ритме, следить за осанкойКоррекционно- развивающие: координацию движений, выносливостьКоррекционно-воспитательные: воспитывать дисциплину, организованность, умение работать в команде		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания.Подвижная игра с элементами перестроений	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем

3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение ходьбы с хлопками.Выполнение равномерного бега по длинной дистанции.Выполнение упражнений со скакалкой	Осваивают и выполняют ходьбу удерживают правильное положение тела во время бега (с помощью учителя, при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий).Выполняют комплекс упражнений с флажками наименьшее количество раз	Выполняют ходьбу по сигналу учителя.Выполняют медленный бег в колонне.Выполняют комплекс упражнений со скакалкой по показу учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Выполнение игровых действия соблюдая правила игры	Осваивают и используют игровые умения	Играют в подвижную игру после инструкции и показа учителя
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить приседания	Выполнить 6-8 приседаний	Выполнить 10-12 приседаний
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 75

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2
Материально-техническое обеспечение	Фишки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Игры и строевые упражнения: «Воробьи и вороны»

Цель	Формирование навыков коллективного взаимодействия и соблюдения правил игр		
Задачи	4. Коррекционно- образовательные: повторить упражнения в движении, формировать умение сохранять равновесие при ходьбе при выполнении упражнений, слушать сигнал и действовать в соответствии с нимКоррекционно- развивающие: координацию движений, ловкость, вниманиеКоррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплину, организованность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания.Подвижная игра с элементами перестроений	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение комплекса упражнений в движении.Выполнение упражнений на сохранение равновесия в ходьбе	Выполняют комплекс упражнений наименьшее количество раз.Выполняют ходьбу по линии на носках, на пятках с различными положениями рук по показу учителя	Выполняют комплекс упражнений по показу учителя.Выполняют ходьбу по линии на носках, на пятках с различными положениями рук
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Выполнение игровых действия соблюдая правила игры	Осваивают и используют игровые умения	Играют в подвижную игру
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: повторение направлений поворотов на месте	Показать правую и левую руку	Повторить поворот направо и налево

6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 76

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	2		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, мячи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Игра с метанием мяча «Передай мяч»		
Цель	Формирование навыков коллективного взаимодействия и соблюдения правил игр		
Задачи	5. Коррекционно- образовательные: повторить упражнения на осанку, формировать умение сохранять равновесие при ходьбе при выполнении упражнений, закрепить навык ползания по гимнастической скамейкеКоррекционно- развивающие: координацию движений, ловкость, вниманиеКоррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплину, организованность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания.Подвижная игра с элементами перестроений	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение ходьбы в чередовании с ходьбой по линии, обозначенной на полу, сохраняя равновесие.Выполнение упражнений на осанку.Выполнение ползания по гимнастической скамейке	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения.Выполняют ползание по гимнастический скамейке на четвереньках с помощью учителя	Выполняют ходьбу по инструкции учителя.Выполняют проползание на четвереньках по горизонтальной скамейке (самостоятельно)
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Подвижная игра с бросанием и ловлей	Передают волейбольные мячи по прямому указанию учителя	Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: повторение направлений поворотов на месте	Показать правую и левую руку	Повторить поворот направо и налево
8. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 77

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2

Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Игры на развитие выносливости		
Цель	Развитие выносливости		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: формировать навык чередования ходьбы и бега, повторить упражнения с мячом· Коррекционно- развивающие: **дифференцировать пространственные параметры движения**· Коррекционно-воспитательные: воспитывать смелость, решительность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания.Выполнение построений в шеренгу и колонну	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение бега в чередовании с ходьбой.Выполнение упражнений с большим мячом: перекладывание, подбрасывание, перебрасывание мяча, бросание в пол, в стену и ловля его	Выполняют бег в чередовании с ходьбой под контролем учителя.Выполняют упражнения с большим мячом по прямому указанию учителя	Выполняют бег в чередовании с ходьбой.Выполняют упражнения с большим мячом, ориентируясь на образец выполнения учителем

4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Подвижная игра	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 2-3 упражнения с мячом	Повторить за родителем 1-2 упражнения с мячом	Самостоятельно выполнить 2-3 упражнения с мячом
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 78

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2
Материально-техническое обеспечение	Фишки, флажки, кегли, мячи
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Эстафеты на развитее координации
Цель	Формировать представление о спортивном соревновании- эстафете
Задачи	6. Коррекционно- образовательные: повторить комплекс общеразвивающих упражнений, повторить правила и технику безопасности во время проведения эстафетКоррекционно- развивающие: быстроту, ловкостьКоррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплину, организованность, умение работать в команде

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания.Подвижная игра с элементами перестроений	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение бега в чередовании с ходьбой.Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Эстафета с предметами	Участвуют в соревновательной деятельности по возможности (участвуют в эстафете)	Участвуют в соревновательной деятельности(участвуют в эстафете)
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить приседания	Выполнить 5-6 приседаний	Выполнить 10 приседаний
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 79

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	2		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, флажки, кегли, мячи, обручи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Передача предметов		
Цель	Ознакомление со способами передачи предметов		
Задачи	7. Коррекционно- образовательные: повторить комплекс общеразвивающих упражнений, повторить правила и технику безопасности во время проведения эстафетКоррекционно- развивающие: быстроту, ловкостьКоррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплину, организованность, умение работать в команде		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания.Подвижная игра с элементами перестроений	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем

3. Включение изученного в систему знаний	Выполняют ходьбу с прыжками, доставая рукой ленточки.Выполнение общеразвивающих упражнений в колонне по одному в движении.Выполнение упражнений со скакалкой: удержание, складывание, завязывание скакалки	Выполняют ходьбу по указанию учителя. Выполняют упражнения в движении наименьшее количество раз.Выполняют коррегирующие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя	Выполняют ходьбу по указанию учителя.Выполняют упражнения в движении по показу учителя.Выполняют коррегирующие упражнения с предметом после показа учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Игровые задания в передаче предметов	Выполняют игровые задания в передаче предметов с помощью учителя	Выполняют игровые задания в передаче предметов
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить приседания	Выполнить 5-6 приседаний	Выполнить 10 приседаний
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 80

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2
Материально-техническое обеспечение	Фишки, флажки, кегли, мячи, обручи
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Передача предметов, спортивного инвентаря

Цель	Ознакомление со способами передачи предметов и переноске спортивного инвентаря		
Задачи	8. Коррекционно- образовательные: повторить комплекс общеразвивающих упражнений, повторить правила передачи предметовКоррекционно- развивающие: быстроту, ловкостьКоррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплину, организованность, умение работать в команде		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания.Подвижная игра с элементами перестроений	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение бега в чередовании с ходьбой.Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога	Выполняют ходьбу по указанию учителя.Выполняют упражнения в движении по показу учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Освоение правил переноски предметов и спортивного инвентаря	Осваивают и используют игровые умения	Осваивают и используют игровые умения
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить приседания	Выполнить 5-6 приседаний	Выполнить 10 приседаний

6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 81

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	2		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, шведская стенка		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Подвижная игра на развитие основных движений- лазания: «Перелет птиц»		
Цель	Формирование основных двигательных навыков		
Задачи	**9.** Коррекционно- образовательные: повторить элементы лазания, залезания на препятствия**10.** Коррекционно- развивающие: координацию движений, ловкостьКоррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплину, организованность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания.Подвижная игра с элементами перестроений	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Включение изученного в систему знаний	Подвижная игра с элементами залезания на оборудование приподнятое над полом (землей), лазания по гимнастической стенке, ориентирование в пространстве по сигналу	Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция	Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Подведение итогов игры	Оценивают результат игровой деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить приседания	Выполнить 5-6 приседаний	Выполнить 10 приседаний
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 82

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2

Материально-техническое обеспечение	Фишки, мячи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Удары мяча о пол, о стенку и ловля его двумя руками		
Цель	Ознакомление с техникой владения мячом		
Задачи	11. Коррекционно- образовательные: повторить комплекс упражнений типа зарядки, закрепить построение в круг, закрепить технику владения мячомКоррекционно- развивающие: координацию движений, ловкость, вниманиеКоррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплину, организованность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания.Подвижная игра с элементами перестроений	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение бега в чередовании с ходьбой в колонне по одному.Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений типа зарядки	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога.Выполняют построение в круг с помощью учителя	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Отвечают на вопросы целым предложением.Выполняют построение в круг и комплекс утренней зарядки по инструкции учителя

4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Подвижная игра в подбрасывании мяча, ловли его и быстром беге	Участвуют в игре по инструкции	Осваивают и используют игровые умения
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: повторение направлений поворотов на месте	Показать правую и левую руку	Повторить поворот направо и налево
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 83

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2
Материально-техническое обеспечение	Фишки, мячи, скакалки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Перекатывание мяча вперед, вправо, влево, стоя, сидя
Цель	Ознакомление с техникой владения мячом
Задачи	12. Коррекционно- образовательные: повторить упражнения в движении, закрепить технику владения мячомКоррекционно-развивающие: координацию движений, ловкость, вниманиеКоррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплину, организованность

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания.Подвижная игра с элементами перестроений	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение ходьбы с прыжками, доставая рукой ленточки.Выполнение общеразвивающих упражнений в колонне по одному в движении.Выполнение упражнений со скакалкой: удержание, складывание, завязывание скакалки	Выполняют ходьбу по указанию учителя. Выполняют упражнения в движении наименьшее количество раз.Выполняют коррегирующие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя	Выполняют ходьбу по указанию учителя.Выполняют упражнения в движении по показу учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Игровые задания в перекатывании мяча	Выполняют игровые задания в перекатывании мяча	Получают элементарные сведения по овладению игровыми умениями
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить приседания	Выполнить 6- 8 приседаний	Выполнить 12 приседаний

6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 84

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	2		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, флажки, кегли, мячи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Эстафета с мячом		
Цель	Формировать представление о спортивном соревновании- эстафете		
Задачи	13. Коррекционно- образовательные: повторить комплекс общеразвивающих упражнений, повторить правила и технику безопасности во время проведения эстафетКоррекционно- развивающие: быстроту, ловкостьКоррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплину, организованность, умение работать в команде		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания.Подвижная игра с элементами перестроений	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение бега в чередовании с ходьбой.Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Эстафета с предметами	Участвуют в соревновательной деятельности по возможности (участвуют в эстафете)	Участвуют в соревновательной деятельности(участвуют в эстафете)
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить приседания	Выполнить 6-8 приседаний	Выполнить 10-12 приседаний
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 85

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, шведская стенка, маты, козёл, скамейки
Тип урока	Урок открытия новых знаний

Тема	Преодоление простейших препятствий		
Цель	Развитие координации и ловкости через бег с препятствиями		
Задачи	Коррекционно- образовательные: познакомить с техникой преодоления препятствий.Коррекционно- развивающие: развивать координацию движенийКоррекционно- воспитательные: формировать уверенность и преодолевать страх перед движением		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Перестроение в колонну	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение бега в чередовании с ходьбой.	Демонстрируют домашнее задание.Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы.	Демонстрируют выполнение упражнений.Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп, дистанцию во время движения, удерживая правильную осанку во время ходьбы
3. Открытие новых знаний	Выполнение общеразвивающих упражнений	Выполняют комплекс упражнений меньшее количество раз	Выполняют комплекс упражнений по показу
4. Первичное закрепление материала	Преодоление простейших препятствий: перепрыгивание, пролезание, оббегание	Преодолевают простейшие препятствия с помощью учителя	Преодолевают простейшие препятствия после инструкции учителя
5. Включение в систему знаний и повторение	Коррекционная игра	Участвуют в подвижной игре	Играют в подвижную игру после инструкции и показа учителя

6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 6-8 выпадов на каждую ногу	Выполняют упражнение 4-5 раз в каждую сторону	Самостоятельно выполняют упражнение
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения рук	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения рук

Урок 86

Предмет	Адаптивная физическая культура	
Класс	2	
Материально-техническое обеспечение	Фишки, флажки, кегли	
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)	
Тема	Преодоление простейших препятствий	
Цель	Развитие координации и ловкости через бег с препятствиями	
Задачи	Коррекционно- образовательные: познакомить с техникой преодоления препятствий.Коррекционно- развивающие: развивать координацию движенийКоррекционно- воспитательные: формировать уверенность и преодолевать страх перед движением	
Этапы урока	Содержание деятельности	
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся

		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие.Перестроение в колонну	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно- пространственные опоры
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение бега в чередовании с ходьбой	Демонстрируют домашнее задание.Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Демонстрируют выполнение упражнений.Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп, дистанцию во время движения, удерживая правильную осанку во время ходьбы
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение общеразвивающих упражнений.Преодоление простейших препятствий: перепрыгивание, пролезание, оббегание	Выполняют комплекс упражнений меньшее количество раз.Преодолевают простейшие препятствия с помощью учителя	Выполняют комплекс упражнений по показу.Преодолевают простейшие препятствия после инструкции учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Коррекционная игра	Участвуют в подвижной игре	Играют в подвижную игру после инструкции и показа учителя
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: комплекс упражнений типа зарядки	Выполнить утреннюю гимнастику под руководством родителя	Выполнить комплекс утренней гимнастики
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 87

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	2		
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Прыжок в длину с места толчком двух ног в начерченный ориентир		
Цель	Формирование навыка прыжка в длину с места		
Задачи	Коррекционно- образовательные: **учить технике выполнения прыжка в длину с места**, повторить подвижную игру с бегомКоррекционно- развивающие: развивать ориентировку в пространстве, скоростно- силовые качестваКоррекционно-воспитательные: формировать уверенность и преодолевать страх перед движением		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор-ориентиров для выполнения построений и перестроений	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно- пространственные опоры
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение построений в шеренгу и колонну	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют перестроения ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют перестроения по указанию учителя

3. Открытие новых знаний	Выполнение ходьбы по ориентирам, начерченным на полу	Выполняют упражнения для развития точности движений; выполняют упражнения для развития пространственно–временной дифференцировки по прямому указанию учителя	Выполняют упражнения для развития пространственно–временной дифференцировки, ориентируясь на образец выполнения учителем
4. Первичное закрепление материала	Прыжок в длину с места толчком двух ног в начерченный ориентир	Выполняют прыжок с места	Выполняют прыжок с места толчком двух ног в начерченный ориентир
5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с бегом	Участвуют в подвижной игре после инструкции и показа учителя	Играют в подвижную игру
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить прыжок в длину с места	Демонстрируют исходное положения при выполнении прыжка в длину с места	Выполняют прыжок в длину с места
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты

Урок 88

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2
Материально-техническое обеспечение	Фишки, флажки, кегли, мячи
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Прыжок в длину с места толчком двух ног в начерченный ориентир
Цель	Формирование навыка прыжка в длину с места

Задачи	Коррекционно- образовательные: **повторить технику выполнения прыжка в длину с места**, закрепить подвижную игру с бегомКоррекционно- развивающие: развивать ориентировку в пространстве, скоростно- силовые качестваКоррекционно-воспитательные: формировать уверенность и преодолевать страх перед движением		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие.Перестроение в колонну	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение построений в шеренгу и колонну	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют перестроения ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют перестроения по указанию учителя
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение ходьбы по ориентирам, начерченным на полу.Прыжок в длину с места толчком двух ног в начерченный ориентир	Выполняют упражнения для развития точности движений; выполняют упражнения для развития пространственно–временной дифференцировки по прямому указанию учителя	Выполняют упражнения для развития пространственно–временной дифференцировки, ориентируясь на образец выполнения учителем
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Подвижная игра с бегом	Участвуют в подвижной игре после инструкции и показа учителя	Играют в подвижную игру
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить прыжок в длину с места	Демонстрируют исходное положения при выполнении прыжка в длину с места	Выполняют прыжок в длину с места

6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 89

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	2		
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Прыжок в длину с места		
Цель	Формирование навыка прыжка в длину с места		
Задачи	Коррекционно- образовательные: **учить технике выполнения прыжка в длину с места**, повторить подвижную игру с прыжкамиКоррекционно- развивающие: развивать пространственно- временную дифференцировку, скоростно- силовые качестваКоррекционно- воспитательные: формировать уверенность и преодолевать страх перед движением		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя,

		пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений	ориентируясь на зрительно-пространственные опоры
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение построений в шеренгу и перестроение в колонну	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют перестроения ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют перестроения по указанию учителя
3. Открытие новых знаний	Выполнение ходьбы со сменой положения рук.Выполнение упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп.Знакомство с названием и техникой выполнения прыжка	Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя	Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя.Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя
4. Первичное закрепление материала	Выполнение прыжка в длину с места	Прыгают в длину с места, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Выполняют прыжок в длину с места по показу учителя
5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с прыжками	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить прыжок в длину с места	Демонстрируют исходное положения при выполнении прыжка в длину с места	Выполняют прыжок в длину с места
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты

Урок 90

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2

Материально-техническое обеспечение	Фишки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Прыжок в длину с места		
Цель	Формирование навыка прыжка в длину с места		
Задачи	Коррекционно- образовательные: **повторить технику выполнения прыжка в длину с места**, закрепить подвижную игруКоррекционно- развивающие: развивать ориентировку в пространстве, скоростно- силовые качестваКоррекционно-воспитательные: формировать уверенность и преодолевать страх перед движением		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие.Перестроение в колонну	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение построений в шеренгу и колонну	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют перестроения ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют перестроения по указанию учителя
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение ходьбы по ориентирам, начерченным на полу.Прыжок в длину с места толчком двух ног в начерченный ориентир	Выполняют упражнения для развития точности движений; выполняют упражнения для развития пространственно–временной дифференцировки по прямому указанию учителя	Выполняют упражнения для развития пространственно–временной дифференцировки, ориентируясь на образец выполнения учителем

4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Подвижная игра с прыжками	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить прыжок в длину с места	Демонстрируют исходное положения при выполнении прыжка в длину с места	Выполняют прыжок в длину с места
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 91

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, мячи для тенниса
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Метание теннисного мяча в стену
Цель	Формирование навыка метания теннисного мяча
Задачи	Коррекционно- образовательные: **учить технике выполнения метания мяча в стену**, повторить подвижную игру с прыжкамиКоррекционно- развивающие: развивать мелкую моторику рук, координацию движенийКоррекционно- воспитательные: формировать уверенность и преодолевать страх перед движением
Этапы урока	Содержание деятельности

	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение построений в шеренгу и перестроение в колонну	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют перестроения ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют перестроения по указанию учителя
3. Открытие новых знаний	Выполнение бега по прямой в шеренге.Выполнение общеразвивающих упражнений.Знакомство с названием мяча для метания	Выполняют бег под контролем учителя. Выполняют 3-5 упражнений	Выполняют бег после инструкции, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры
4. Первичное закрепление материала	Освоение правильного захвата и произвольного метания малого мяча в стену	Выполняют различные виды метания малых мячей после инструкции и неоднократного показа учителя	Выполняют захват и удержание различных предметов для выполнения метания после инструкции и показа учителя
5. Включение в систему знаний и повторение	Игры с элементами общеразвивающих упражнений	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру после инструкции учителя
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 3-4 упражнений для укрепления плечевого пояса	Выполняют 1-2 упражнения для укрепления плечевого пояса	Выполняют 3-4 упражнения для укрепления плечевого пояса
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты

Урок 92

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	2		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, мячи для метания		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Метание теннисного мяча в стену		
Цель	Формирование навыка метания теннисного мяча		
Задачи	Коррекционно- образовательные: **учить технике выполнения метания мяча в стену**, повторить подвижную игру с прыжкамиКоррекционно- развивающие: развивать мелкую моторику рук, координацию движенийКоррекционно- воспитательные: формировать уверенность, решительность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие.Перестроение в колонну	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение построений в шеренгу и колонну	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют перестроения ориентируясь на образец	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют перестроения по указанию учителя

		выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение бега по прямой в шеренге. Выполнение общеразвивающих упражнений.Знакомство с названием мяча для метания.Освоение правильного захвата и произвольного метания малого мяча в стену	Выполняют бег под контролем учителя. Выполняют 3-5 упражнений. Выполняют различные виды метания малых мячей после инструкции и неоднократного показа учителя	Выполняют бег после инструкции, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры.Выполняют захват и удержание различных предметов для выполнения метания после инструкции и показа учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Игры с элементами общеразвивающих упражнений	Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	Играют в подвижную игру после инструкции учителя
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 3-4 упражнений для укрепления плечевого пояса	Выполняют 1-2 упражнения для укрепления плечевого пояса	Выполняют 3-4 упражнения для укрепления плечевого пояса
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 93

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, мячи для тенниса, скакалки

Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Метание теннисного мяча в цель		
Цель	Формирование навыка метания теннисного мяча в цель		
Задачи	Коррекционно- образовательные: **учить технике выполнения метания мяча в цель**, ознакомить с упражнениями со скакалкой, повторить упражнения в движенииКоррекционно- развивающие: развивать мелкую моторику рук, координацию движенийКоррекционно-воспитательные: формировать отзывчивость, решительность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение построений в шеренгу и перестроение в колонну	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют перестроения ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют перестроения по указанию учителя
3. Открытие новых знаний	Выполнение ходьбы с прыжками, доставая рукой ленточки.Выполнение общеразвивающих упражнений в колонне по одному в движении.Выполнение упражнений со скакалкой: удержание, складывание, завязывание скакалки	Выполняют ходьбу по указанию учителя. Выполняют упражнения в движении наименьшее количество раз.Выполняют коррегирующие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя	Выполняют ходьбу по указанию учителя.Выполняют упражнения в движении по показу учителя. Выполняют коррегирующие упражнения с предметом после показа учителя

4. Первичное закрепление материала	Выполнение метания мяча с большой амплитудой	Выполняют метание теннисного мяча в цель, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя)	Выполняют метание теннисного мяча в цель после инструкции и показа учителя
5. Включение в систему знаний и повторение	Коррекционная игра	Участвуют в игре по показу и инструкции учителя	Играют в игру после инструкции учителя
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 3-4 упражнений для укрепления плечевого пояса	Выполняют 1-2 упражнения для укрепления плечевого пояса	Выполняют 3-4 упражнения для укрепления плечевого пояса
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты

Урок 94

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, мячи для тенниса, скакалки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Метание теннисного мяча в цель
Цель	Формирование навыка метания теннисного мяча в цель

Задачи	Коррекционно- образовательные: **продолжить обучение технике выполнения метания мяча в цель**, повторить упражнения со скакалкой, закрепить упражнения в движенииКоррекционно- развивающие: развивать мелкую моторику рук, координацию движенийКоррекционно- воспитательные: формировать отзывчивость, решительность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие.Перестроение в колонну	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение построений в шеренгу и колонну	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют перестроения ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют перестроения по указанию учителя
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение ходьбы с прыжками, доставая рукой ленточки.Выполнение общеразвивающих упражнений в колонне по одному в движении.Выполнение упражнений со скакалкой: удержание, складывание, завязывание скакалки	Выполняют ходьбу по указанию учителя. Выполняют упражнения в движении наименьшее количество раз.Выполняют коррегирующие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя	Выполняют ходьбу по указанию учителя.Выполняют упражнения в движении по показу учителя.Выполняют коррегирующие упражнения с предметом после показа учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Выполнение метания мяча с большой амплитудой	Выполняют метание теннисного мяча в цель, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя)	Выполняют метание теннисного мяча в цель, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя)

5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 3-4 упражнений для укрепления плечевого пояса	Выполняют 1-2 упражнения для укрепления плечевого пояса	Выполняют 3-4 упражнения для укрепления плечевого пояса
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 95

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	2		
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, мячи для тенниса		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Метание теннисного мяча на дальность		
Цель	Формирование навыка метания теннисного мяча на дальность		
Задачи	Коррекционно- образовательные: **учить технике выполнения метания мяча на дальность**, ознакомить с комплексом упражнений для укрепления мышц туловищаКоррекционно- развивающие: развивать мелкую моторику рук, координацию движенийКоррекционно-воспитательные: формировать честность, доброжелательное отношение к товарищам		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение построений в шеренгу и перестроение в колонну	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют перестроения ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют перестроения по указанию учителя
3. Открытие новых знаний	Выполнение ходьбы в колонне по одному с различными заданиями для рук.Выполнение комплекса упражнений для укрепления туловища.Освоение правильного удержания мяча, ориентирование в пространстве, соразмерение своих усилий	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют 5-6 упражнений комплекса	Выполняют ходьбу по указанию учителя.Выполняют комплекс упражнений по показу учителя
4. Первичное закрепление материала	Выполнение метания на дальность сильнейшей рукой	Выполняют метание на дальность, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Выполняют метание на дальность после инструкции и показа учителя
5. Включение в систему знаний и повторение	Коррекционная игра	Участвуют в игре по показу и инструкции учителя	Играют в игру после инструкции учителя
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 3-4 упражнений для укрепления мышц туловища	Выполняют 1-2 упражнения для укрепления мышц туловища	Выполняют 3-4 упражнения для укрепления мышц туловища
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты

Урок 96

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	2		
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, мячи для тенниса, скакалки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Метание теннисного мяча на дальность		
Цель	Формирование навыка метания теннисного мяча на дальность		
Задачи	Коррекционно- образовательные: **учить технике выполнения метания мяча на дальность**, ознакомить с комплексом упражнений для укрепления мышц туловищаКоррекционно- развивающие: развивать мелкую моторику рук, координацию движенийКоррекционно-воспитательные: формировать честность, доброжелательное отношение к товарищам		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие.Перестроение в колонну	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор-ориентиров для выполнения построений и перестроений	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно- пространственные опоры
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение построений в шеренгу и колонну	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют перестроения ориентируясь на	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют перестроения по указанию учителя

		образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение ходьбы в колонне по одному с различными заданиями для рук. Выполнение комплекса упражнений для укрепления туловища.Освоение правильного удержания мяча, ориентирование в пространстве, соразмерение своих усилий	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют 5-6 упражнений комплекса	Выполняют ходьбу по указанию учителя.Выполняют комплекс упражнений по показу учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Выполнение метания на дальность сильнейшей рукой	Выполняют метание на дальность, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Выполняют метание на дальность после инструкции и показа учителя
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 3-4 упражнений для укрепления мышц туловища	Выполняют 1-2 упражнения для укрепления мышц туловища	Выполняют 3-4 упражнения для укрепления мышц туловища
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 97

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, мячи для тенниса, скакалки

Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Метание теннисного мяча на дальность		
Цель	Формирование навыка метания теннисного мяча на дальность		
Задачи	Коррекционно- образовательные: **учить технике выполнения метания мяча на дальность**, ознакомить с комплексом упражнений для укрепления мышц туловищаКоррекционно- развивающие: развивать мелкую моторику рук, координацию движенийКоррекционно-воспитательные: формировать честность, доброжелательное отношение к товарищам		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие.Перестроение в колонну	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор-ориентиров для выполнения построений и перестроений	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно- пространственные опоры
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение построений в шеренгу и колонну	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют перестроения ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют перестроения по указанию учителя
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение ходьбы в колонне по одному с различными заданиями для рук. Выполнение комплекса упражнений для укрепления туловища.Освоение правильного удержания мяча, ориентирование в пространстве, соразмерение своих усилий	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют 5-6 упражнений комплекса	Выполняют ходьбу по указанию учителя.Выполняют комплекс упражнений по показу учителя

4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Выполнение метания на дальность сильнейшей рукой	Выполняют метание на дальность, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Выполняют метание на дальность после инструкции и показа учителя
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 3-4 упражнений для укрепления мышц туловища	Выполняют 1-2 упражнения для укрепления мышц туловища	Выполняют 3-4 упражнения для укрепления мышц туловища
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 98

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, флажки
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Круговые эстафеты до 20 м
Цель	Формировать представление о спортивном соревновании- эстафете
Задачи	14. Коррекционно- образовательные: познакомить с правилами и техникой безопасности во время проведения круговой эстафеты, повторить комплекс общеразвивающих упражненийКоррекционно- развивающие: быстроту, ловкостьКоррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплину, организованность, умение работать в команде

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение построений в шеренгу и перестроение в колонну	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют перестроения ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют перестроения по указанию учителя
3. Открытие новых знаний	Подвижная игра с элементами перестроений.Выполнение бега в чередовании с ходьбой	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному
4. Первичное закрепление материала	Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений	Выполняют 5-6 упражнений	Выполняют комплекс упражнений
5. Включение в систему знаний и повторение	Эстафета на скорость	Участвуют в соревновательной деятельности по возможности (участвуют в эстафете)	Участвуют в соревновательной деятельности(участвуют в эстафете)
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить приседания	Выполнить 5-6 приседаний	Выполнить 10 приседаний
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 99

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	2		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, флажки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Круговые эстафеты до 20 м		
Цель	Формировать представление о спортивном соревновании- эстафете		
Задачи	15. Коррекционно- образовательные: повторить комплекс общеразвивающих упражнений, повторить правила и технику безопасности во время проведения круговой эстафетыКоррекционно- развивающие: быстроту, ловкостьКоррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплину, организованность, умение работать в команде		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания.Подвижная игра с элементами перестроений	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения учителем

3. Включение изученного в систему знаний	Подвижная игра с элементами перестроений.Выполнение бега в чередовании с ходьбой.Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Эстафета на скорость	Участвуют в соревновательной деятельности по возможности (участвуют в эстафете)	Участвуют в соревновательной деятельности(участвуют в эстафете)
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить приседания	Выполнить 5-6 приседаний	Выполнить 10 приседаний
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 100

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Высокий старт 30 м
Цель	Развитие умения быстро разгоняться и достигать максимальной скорости на коротких дистанциях

Задачи	Коррекционно- образовательные: учить техники выполнения высокого старта, повторить беговые упражнений в колонне.Коррекционно- развивающие: развивать быстроту реакцию на стартовый сигнал, координацию движенийКоррекционно-воспитательные: формировать уверенность в своих силах, смелость		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение ходьбы с различными положениями рук.Беговые упражнения в колонне	Демонстрируют подпрыгивание на одной ноге.Выполняют ходьбу с различными положениями рук, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Демонстрируют поочерёдные прыжки на правой и левой ноге (по 10 повторений на каждую).Выполняют ходьбу с различными положениями рук по показу учителя
3. Открытие новых знаний	Перестроение в круг.Выполнение упражнений для укрепления мышц голеностопных суставов и стоп	Осваивают построение в круг с помощью учителя. Выполняют 3-4 упражнения	Выполняют построение в круг.Выполняют упражнения на укрепление мышц ног
4. Первичное закрепление материала	Выполнение ускорений на дистанции 30 м с высокого старта	Выполняют бег на скорость по прямому указанию учителя	Выполняют бег на скорость
5. Включение в систему знаний и повторение	Подвижная игра с прыжками	Участвуют в подвижной игре после инструкции и показа учителя	Играют в подвижную игру
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить поочерёдные прыжки на правой и левой ноге (по 10 повторений на каждую)	Выполняют упражнение 4-5 раз	Самостоятельно выполняют прыжки

7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения рук	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения рук

Урок 101

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	2		
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, стойки и планка для прыжка в высоту, маты, флажки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Медленный бег до 1-2 мин		
Цель	Формирование умения поддерживать умеренный темп бега в течение 1–2 минут		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить технику бега, включая положение тела, шаги и дыхание, повторить упражнения с флажками.Коррекционно- развивающие: развивать выносливостьКоррекционно- воспитательные: воспитывать у учеников интерес к регулярным физическим нагрузкам		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Перестроение в колонну	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение ходьбы с хлопками.Объяснение техники бега на длинную дистанцию.Показ презентации(по возможности)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Осваивают и выполняют ходьбу удерживают правильное положение тела во время бега (с помощью учителя, при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют ходьбу по сигналу учителя.Слушают объяснение техники бега на длинную дистанцию
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение равномерного бега по длинной дистанции.Выполнение упражнений с флажками	Чередуют бег с ходьбой.Выполняют комплекс упражнений с флажками наименьшее количество раз	Выполняют равномерный бег до 2 мин.Выполняют прыжки после инструкции и показа учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Выполнение прыжка в высоту	Выполняют перешагивание через веревку	Выполняют прыжок в высоту
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить приседания 10-12 раз	Выполняют упражнение 5-6 раз	Самостоятельно выполняют приседания
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения рук	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения рук

Урок 102

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	2
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, стойки и планка для прыжка в высоту, маты, флажки

Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Медленный бег до 1-2 мин		
Цель	Формирование умения поддерживать умеренный темп бега в течение 1–2 минут		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить технику бега, включая положение тела, шаги и дыхание, повторить упражнения с флажками.Коррекционно- развивающие: развивать выносливостьКоррекционно- воспитательные: воспитывать у учеников интерес к регулярным физическим нагрузкам		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Перестроение в колонну	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю
2. Актуализации знаний обучающихся. Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение ходьбы с хлопками.Объяснение техники бега на длинную дистанцию.Показ презентации(по возможности)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Осваивают и выполняют ходьбу удерживают правильное положение тела во время бега (с помощью учителя, при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют ходьбу по сигналу учителя.Слушают объяснение техники бега на длинную дистанцию
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение равномерного бега по длинной дистанции.Выполнение упражнений с флажками	Чередуют бег с ходьбой.Выполняют комплекс упражнений с флажками наименьшее количество раз	Выполняют равномерный бег до 2 мин
4. Применение знаний и умений в новой	Выполнение прыжка в высотуПодвижная игра с прыжками	Выполняют перешагивание через шнур.Участвуют в подвижной игре после инструкции и показа учителя	Выполняют прыжки после инструкции и показа учителя.Играют в подвижную игру

ситуации.Контроль усвоения знаний			
5. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Выдача домашнего задания: выполнить приседания 10-12 раз	Выполняют упражнение 5-6 раз	Самостоятельно выполняют приседания
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения рук	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения рук

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее ФАООП УО, вариант (1), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. №1026 (http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202212300059) и адресована обучающимся с нарушением интеллекта с учетом реализации особых образовательных потребностей.

Также основой нормативно-правовой базы являются следующие документы:

- Методические рекомендации «Организация образования обучающихся с нарушениями интеллекта с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий», г. Москва, 2026 год;

- АООП, 1 вариант, 2 вариант МКОУ «Ножовская школа-интернат VIII вида», разработанной, 31.08.2023 г.;

-Учебный план МКОУ «Ножовская школа-интернат VIII вида», утвержденный 31.08.2026 года;

-Календарный учебный график на 2026-2027 учебный год, утвержденный приказом от 17.08.2026 ОД-100.

Учебный предмет «Адаптивная физическая культура» относится к предметной области «Физическая культура» и является обязательной частью учебного плана. В соответствии с учебным планом рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 3 классе рассчитана на 34 учебные недели и составляет 102 часов в год (3 часа в неделю).

Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа определяет цель и задачи учебного предмета «Адаптивная физическая культура».

Цель обучения – всестороннее развитие личности обучающихся с нарушением интеллекта в процессе приобщения их к физической культуре, коррекция недостатков психофизического развития, расширение индивидуальных двигательных возможностей, социальной адаптации.

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 3 классе определяет следующие задачи:

– формирование элементарных знаний о распорядке дня, личной гигиене;

– формирование умений выполнять комплекс утренней гимнастики;

– формирование умений подавать команды при сдаче рапорта, выполнять команды в строю, соблюдать дистанцию при перестроениях;

– формирование правильной осанки;

– формирование умений ходить в различном темпе с различными исходными положениями рук;

– формирование умений перелезать через препятствия и подлезать под них различными способами в зависимости от высоты;

– формирование умений переносить несколько набивных мячей;

– формирование умений сохранять равновесие на гимнастической скамейке в упражнениях с предметами и в парах, выполнять вис на канате;

– формирование умений координировать движения рук и ног в попеременном двухшажном ходе;

– формирование умений преодолевать спуск на лыжах в высокой стойке на склоне, преодолевать на лыжах дистанцию до 0,8 км;

– воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений.

II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

Уроки адаптивной физической культуры направлены на укрепление здоровья, физическое развитие обучающихся с нарушением интеллекта, способствуют формированию у них правильной осанки, физической выносливости.

На уроках по предмету «Адаптивная физическая культура» учитель широко использует различные методы обучения: словесные (рассказ, беседа, объяснение), наглядные (показ, демонстрация), практические (выполнение упражнения, подвижные игры и др.)

Коррекция недостатков психического и физического развития с учетом возрастных особенностей обучающихся третьего класса с нарушением интеллекта предусматривает:

- обогащение чувственного опыта;
- коррекцию и развитие сенсомоторной сферы;
- формирование и развитие навыков общения, предметно-практической и познавательной деятельности.

Содержание программы отражено в разделах: "Знания о физической культуре" (знания о физической культуре формируются у обучающихся с нарушением интеллекта на занятиях гимнастикой, легкой атлетикой, в процессе подвижных игр), "Гимнастика", "Легкая атлетика", "Игры", «Лыжная подготовка». Каждый из перечисленных разделов включает некоторые теоретические сведения и материал для практической подготовки обучающихся.

Использование разнообразных средств и методов обучения адаптивной физической культуре служит стимулятором повышения двигательной активности школьников, влияет на удовлетворение их потребностей в игре, общении, способствует развитию познавательных способностей обучающихся с нарушением интеллекта.

В проект программы включены уроки лыжной подготовки. С учетом региональных особенностей вместо лыжной подготовки могут проводиться учебные занятия на открытом воздухе: гимнастика, легкая атлетика, игры, катание на коньках.

Таблица 1. Основные разделы учебного предмета «Адаптивная физическая культура»

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов
1	Гимнастика	23
2	Легкая атлетика	36
3	Игры	26
4	Лыжная подготовка	17
	Итого	102

III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты

• Сформированность адекватных представлений о собственных возможностях:

– умения оценивать совместно с учителем результаты своих действий и действий одноклассников.

• Овладение социально-бытовыми умениями и навыками, используемыми в повседневной жизни:

– умения пользоваться, полученными практическими навыками на уроках адаптивной физкультуры в повседневной жизни.

• Овладение элементарными умениями и навыками коммуникации, принятыми нормами социального взаимодействия в нем:

– умения называть свое имя, фамилию, приветствовать педагогов и одноклассников, прощаться с ними, взаимодействовать на уроках;

• Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей:

– соблюдение правил поведения обучающихся в школе;

– умения слушать и выполнять инструкции учителя в процессе получения результата своей деятельности.

– Принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;

– положительное отношение и проявление интереса к занятиям по адаптивной физической культуре;

– принятие и освоение новой социальной роли ученика, проявление интереса к учебной деятельности.

• Сформированность навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях:

– умения согласованно и продуктивно работать в группах, в процессе подвижных игр.

• Развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей:

– проявление чувств доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи к сверстникам.

• Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, на положительный результат, бережное отношение к материальным и духовным ценностям:

– знания и соблюдение элементарных правил обращения с инвентарём и оборудованием, соблюдение требования техники безопасности на уроках адаптивной физкультуры.

• Формирование самостоятельности:

– владение социально-бытовыми умениями на уроках адаптивной физкультуры и в повседневной жизни.

Уровни достижения

предметных результатов по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» на конец 3 класса

Предметные результаты

минимальный уровень

• имеет элементарные представления о физической культуре как средстве укрепления здоровья человека, физического развития и физической подготовки;

• имеет первоначальные представления о значении физической культуры для укрепления здоровья человека;

• умеет выполнять простые инструкции учителя;

• имеет представление о видах двигательной деятельности;

• умеет выполнять комплекс упражнений (с помощью учителя);

• владеет начальными двигательными умениями: бег, прыжки и метание.

• соблюдает основные правила поведения на уроке;

• знает некоторые правила бережного обращения с инвентарём и оборудованием, соблюдает требования техники безопасности в процессе участия в физкультурно- спортивных мероприятиях.

достаточный уровень

• имеет первоначальные представления о значении физической культуры для укрепления здоровья человека;

• владеет элементарными навыками наблюдения за своим физическим состоянием;

• имеет элементарные представления об основных физических качествах (сила, быстрота, выносливость, гибкость);

• владеет базовыми элементами гимнастики, легкой атлетики, подвижных игр;

• выполняет основные двигательные действия в соответствии с заданием учителя: ходьба, бег, прыжки, лазание;

• знает и применяет основные правила поведения и техники безопасности на уроке, знает и соблюдает правила использования спортивного инвентаря в основных видах двигательной активности и применяет их в практической деятельности;

• умеет выполнять команды учителя по словесной инструкции;

• умеет выполнять упражнения для разминки, самостоятельно выполняет комплекс утренней гимнастики;

• умеет сочетать дыхание с движением во время бега;

• уметь держать постоянный темп в беге;

• способен пробежать от 300 до 500 м (без остановки).

Результаты формирования базовых учебных действий:

Личностные учебные действия:

На основе общих представлений и отдельных понятий (знаниевый компонент):

• осознает себя учеником, заинтересованным посещением школы, обучением, занятиями, членом семьи, одноклассником, другом;

• выделяет на доступном уровне социальное окружение, свое место в нем;

• положительно относится к окружающей действительности, выражает готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию;

• имеет элементарные представления об окружающем мире в единстве его природной и социальной частей;

• проявляет частичную самостоятельность (в том числе, работает по показу, по образцу) в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей;

• начинает понимать личную ответственность за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в ближнем окружении (в школе, в классе);

• проявляет готовность к безопасному и бережному поведению в природе и обществе.

Коммуникативные учебные действия:

Во взаимодействии, организованным по инициативе взрослого или учителя:

• вступает в контакт и работает в коллективе (учитель−ученик, ученик–ученик, ученик–класс, учитель−класс);

• использует принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;

• обращается за помощью и принимает помощь;

• слушает и понимает инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности;

• сотрудничает со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;

• доброжелательно относится, сопереживает, конструктивно взаимодействует с людьми (со сверстниками и взрослыми);

• договаривается и изменяет свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях взаимодействия с окружающими.

Регулятивные учебные действия:

В совместной со взрослым или учителем деятельности:

• соблюдает ритуалы школьного поведения (поднимает руку, встает и выходит из-за парты и т. д.);

• принимает цели и под контролем взрослого включается в деятельность, следует предложенному плану и работает в общем темпе;

• активно участвует в деятельности, осуществляет контроль и оценивает свои действия и действия одноклассников;

• соотносит свои действия и их результаты с заданными образцами, принимает оценку деятельности, оценивает ее с учетом предложенных критериев, корректирует свою деятельность с учетом выявленных недочетов.

Познавательные учебные действия:

В совместной, организованной учителем учебной деятельности:

• выделяет некоторые существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов;

• устанавливает видо-родовые отношения предметов;

• делает простейшие обобщения, сравнивает, классифицирует на наглядном материале;

• пользуется доступными знаками, символами, предметами-заместителями;

• читает; пишет; выполняет арифметические действия в рамках учебной программы;

• наблюдает за предметами и явлениями окружающей действительности;

• работает с несложной по содержанию и структуре информацией (понимает изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу, предъявленные на бумажных электронных носителях).

IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Тема урока	Кол-во часов	Программное содержание	Дифференциация видов деятельности	
				Минимальный уровень	Достаточный уровень
Легкая атлетика					
1	Правила поведения на уроках физической культуры (техника безопасности)	1	Беседа о правилах поведения на уроках физкультуры. Выполнение 3-4 упражнений утренней гимнастики. Подвижная игра (на пространственное ориентирование).	Слушают объяснение и рассматривают помещение и оборудование спортивного зала (с помощью учителя). Слушают инструктаж, отвечают на вопросы. Повторяют правила техники безопасности С с помощью учителя). Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Слушают объяснение и рассматривают помещение и оборудование спортивного зала. Слушают инструктаж, отвечают на вопросы. Повторяют правила техники безопасности. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
2	Предварительная и исполнительная команды	1	Построение в шеренгу, колонну. Виды команд. Строевые действия в соответствии с командой. Бег в медленном темпе в колонне по одному. Комплекс упражнений утренней гимнастики. Подвижная игра (на построение в разных частях зала).	Выполняют построение по показу учителя. Зрительно воспринимают образец выполнения и соотносят с голосовым(звуковым) сигналом предварительную и исполнительную команды. Выполняют медленный бег за наиболее физически развитым обучающимся из 2 группы, ориентируясь на его пример. Выполняют комплекс упражнений утренней гимнастики (с опорой на зрительный образец и помощь учителя).	Выполняют построения и перестроения по сигналу учителя. Ориентируются на образец выполнения предварительной и исполнительной команд. Выполняют комплекс упражнений утренней гимнастики (с опорой на образец). Выполняют медленный бег. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).

				Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).	
3	Ходьба с изменением скорости	1	Построение в шеренгу, колонну. Повороты на месте (налево и направо) переступанием. Ходьба с изменением скорости. Ходьба шеренгой с открытыми и закрытыми глазами. Комплекс общеразвивающих упражнений. Подвижная игра (с бегом).	Выполняют простые виды построений, осваивают на доступном уровне строевые действия в шеренге и колонне (с помощью учителя). Выполняют повороты (с помощью учителя). Выполняют ходьбу с изменением скорости. Выполняют ходьбу шеренгой с открытыми и закрытыми глазами (по возможности). Выполняют 4-5 упражнений. Участвуют в подвижной игре (по инструкции и показу учителя), ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий.	Выполняют построения и перестроения в шеренгу, колонну, осваивают действия в шеренге и колонне. Выполняют повороты Выполняют ходьбу с изменением скорости. Выполняют ходьбу в шеренге с открытыми и закрытыми глазами. Выполняют комплекс упражнений. Участвуют в подвижной игре (по инструкции и показу учителя).
4	Ходьба с высоким подниманием бедра (с различными положениями рук)	1	Выполнение построения в шеренгу и сдача рапорта. Ходьба с сохранением правильной осанки. Ходьба с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра, (в медленном, среднем и быстром темпе, со сменой положений рук: вперёд, вверх, с хлопками). Комплекс общеразвивающих упражнений	Выполняют построение по показу учителя. Выполняют ходьбу (под контролем учителя). Ходьба с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра (обучающиеся с трудностями координации ходят, взявшись за руки с учителем). Выполняют общеразвивающие упражнения (после неоднократного показа и по прямому указанию учителя).	Выполняют построение. Выполняют ходьбу. Ходьба с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра (в медленном, среднем и быстром темпе, со сменой положений рук: вперёд, вверх, с хлопками). Выполняют общеразвивающие упражнения. Выполняют медленный бег. Осваивают и используют игровые умения.

			Бег в медленном темпе 80-100 м. Подвижная игра (с бросанием мяча).	Выполняют медленный бег (за наиболее физически развитым обучающимся из 2 группы, ориентируясь на его пример). Осваивают и используют игровые умения.	
5	Беговые упражнения	1	Ходьба с изменением скорости. Бег в заданном направлении. Беговые упражнения и их выполнение. Эстафета (с бегом).	Выполняют ходьбу с изменением скорости. Выполняют различные виды бега: на носках, с высоким подниманием бедра и захлестыванием голени назад. Осваивают беговые упражнения (выполняя их на уменьшенном расстоянии). Участвуют в соревновательной деятельности.	Выполняют ходьбу с изменением скорости. Выполняют различные виды бега: на носках, с высоким подниманием бедра и захлестыванием голени назад. Выполняют беговые упражнения. Участвуют в соревновательной деятельности.
6	Бег в колонне (по прямой и со сменой направлений по ориентирам).	1	Построение в шеренгу. Подвижная игра с элементами перестроений. Бег с высоким поднимание бедра (сохраняя дистанцию и правильную осанку). Комплекс упражнений утренней зарядки. Подвижная игра (с элементами общеразвивающих упражнений).	Выполняют простые команды по сигналу учителя с одновременным показом способа выполнения построения и перестроения. Осваивают бег в колонне по прямой и со сменой направлений по ориентирам. Выполняют комплекс упражнений. Участвуют в подвижной игре (по инструкции и показу учителя).	Выполняют команды по построению и перестроению по сигналу учителя (при необходимости ориентируются на образец). Осваивают бег в колонне по прямой и со сменой направлений (по ориентирам). Выполняют комплекс упражнений. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
7	Бег в чередовании с ходьбой (до 100 м)	1	Выполнение построения в шеренгу и сдача рапорта. Бег в колонне (правильно держа туловище, работая руками, ставя стопу на носок, свободно двигаясь).	Выполняют строевые действия по пошаговой/ поэтапной инструкции учителя. Удерживают правильную осанку во время бега, ходьбы (с помощью учителя,	Выполняют строевые действия. Выполняют бег в колонне. Выполняют упражнения в чередовании ходьбы и бега.

			Выполнение чередования бега и ходьбы. Подвижная игра.	при необходимости пошаговая инструкция учителя). Выполняют упражнения в чередовании ходьбы и бега. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).	Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
8	Понятие «низкий старт». Бег на скорость 30 м	1	Выполнение построения в шеренгу и сдача рапорта. Ходьба с изменением скорости. Бег в заданном направлении. Бег с высоким подниманием бедра (сохраняя дистанцию и правильную осанку). Беговые упражнения. Правила техники безопасности во время выполнения упражнений в паре. Техника низкого старта.	Выполняют построение в шеренгу и сдача рапорта (с помощью учителя). Выполняют ходьбу с изменением скорости. Осваивают быстрый бег, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют беговые упражнения (по показу учителя и/или с опорой на пример обучающихся из 2 группы). Выполняют перебежки группами и по одному (15—20 м с низкого старта) с опорой на пример обучающихся из 2 группы.	Выполняют построение в шеренгу и сдача рапорта. Выполняют ходьбу с изменением скорости. Осваивают быстрый бег, ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют беговые упражнения по показу учителя. Выполняют перебежки группами и по одному (15—20 м с низкого старта) с опорой образец.
9	Прыжки на одной ноге (на месте, с продвижением вперед)	1	Общеразвивающие упражнения. Ориентирование в направлении движений. Прыжки на одной ноге на месте. Прыжки на одной ноге с продвижением вперед. Подвижная игра (с метанием).	Выполняют общеразвивающие упражнения (по инструкции и по показу учителя). Ориентируются в направлении движений с помощью учителя. Прыгают на двух ногах (по возможности на одной) на месте и с продвижением вперед. Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют общеразвивающие упражнения. Выполняют прыжки в заданном направлении, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).

10	Прыжки в высоту	1	Ходьба в колонне. Общеразвивающие упражнения (с флажками). Переноска гимнастических матов. Прыжки в высоту. Подвижная игра (с метанием).	Выполняют ходьбу (на носках, на пятках, на внутреннем своде стопы). Выполняют 3-4 упражнения с флажками. Выполняют прыжки по инструкции и неоднократного показа учителем (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий). Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы. Выполняют комплекс упражнений с флажками. Выполняют прыжки (по инструкции и показу учителя). Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
11	Прыжки в длину (с места)	1	Ходьба в медленном и быстром темпе. Прыжки в длину (с места). Беговые упражнения. Метание (с места) в горизонтальную цель.	Выполняют ходьбу в медленном и быстром темпе. Выполняют прыжки по инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий). Осваивают метание (с места) в горизонтальную цель, (ориентируясь на образец выполнения).	Выполняют ходьбу в медленном и быстром темпе. Выполняют прыжки (по инструкции и показу учителя). Выполняют метание (с места) в горизонтальную цель.
12	Прыжки с 3-5 беговых шагов в длину	1	Ходьба с упражнениями для рук. Техника прыжка с разбега. Метание (с места) в вертикальную цель.	Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями по показу учителя. Прыгают в длину с небольшого разбега. Выполняют метание (по инструкции и неоднократного показа учителя).	Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями. Прыгают с небольшого разбега в длину. Выполняют метание (по инструкции и показу учителя).

13	Метание теннисного мяча (левой, правой рукой) с места в горизонтальную цель	1	Бег по прямой (в шеренге). Комплекс общеразвивающих упражнений. Мяч для метания. Стойка и техника метания мяча. Захват, стойка и произвольное метание теннисного мяча. Подвижная игра (с элементами общеразвивающих упражнений).	Выполняют бег под контролем учителя. Выполняют 3-5 упражнений. Выполняют метание теннисных мячей (по инструкции и неоднократного показа учителя). Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют бег. Выполняют упражнения. Выполняют захват и удержание теннисных мячей для метания (по инструкции и показу учителя). Выполняют метание левой и правой рукой в горизонтальную цель. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
14	Метание теннисного мяча (на дальность)	1	Ходьба в колонне по одному с различными упражнениями для рук. Комплекс упражнений для укрепления туловища. Демонстрация стойки и техники метания мяча. Освоение правильного удержания мяча, ориентирование в пространстве, соразмерение своих усилий Метание на дальность (сильнейшей рукой).	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют 3-4 упражнения комплекса. Выполняют метание на дальность, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы.	Выполняют ходьбу и упражнения в процессе ходьбы. Выполняют комплекс упражнений. Выполняют метание на дальность (по инструкции и показу учителя).
15	Челночный бег.	1	Ходьба с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра. Челночный бег. Техника высокого старта. Метание мячей с места (левой и правой рукой).	Выполняют ходьбу с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра (ориентируясь на образец выполнения учителем) Выполняют челночный бег (под контролем учителя). Выполняют метание мячей с места (левой и правой рукой).	Выполняют ходьбу с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра (по инструкции учителя). Выполняют челночный бег. Метают мячи с места (левой и правой рукой).

16	Эстафетный бег	1	Ходьба со сменой положения рук. Упражнения для укрепления голеностопных суставов и стоп. Преодоление своего этапа и передача эстафетной палочки участнику своей команды.	Выполняют ходьбу со сменой положения рук (под контролем учителя). Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя. Участвуют в соревновательной деятельности.	Выполняют ходьбу со сменой положения рук. Выполняют упражнения. Участвуют в соревновательной деятельности.
17	Бросок набивного мяча (вес до 1 кг) различными способами	1	Ходьба со сменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т.д. Набивной мяч и упражнения с мячом. Бросок набивного мяча (согласовывая движения рук и туловища).	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения обучающего 2 группы или учителя. Бросают набивной мяч из различных исходных положений.	Выполняют ходьбу со сменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т.д. Бросают набивной мяч из различных исходных положений.
Гимнастика					
18	Правила техники безопасности на занятиях гимнастикой. Значение физических упражнений для здоровья человека	1	Беседа о правилах поведения на занятиях гимнастикой. Беседа о значении физических упражнений. Выполнение строевых действий, ориентирование в пространстве. Подвижная игра.	Слушают инструктаж, отвечают на вопросы учителя и зрительно воспринимают образец поведения на уроках физической культуры (техника безопасности). Смотрят видеоматериал по теоретическим вопросам адаптивной физической культуры. Отвечают на вопросы учителя. Слушают объяснение (инструкцию) учителя с фиксацией на этапах выполнения упражнений (на ориентирование в пространстве). Участвуют в подвижной игре (с помощью учителя).	Слушают инструктаж, отвечают на вопросы учителя. Смотрят видеоматериал по теоретическим вопросам адаптивной физической культуры. Отвечают на вопросы учителя. Воспринимают и запоминают расположение зрительных пространственных опор - ориентиров для выполнения построений и перестроений. Участвуют в подвижной игре.

19	Перестроение из шеренги в круг	1	Перестроения. Бег с изменением направлений. Комплекс упражнений утренней гимнастики. Прыжки с высоты. Подвижная игра.	Выполняют упражнение по показу учителя. Выполняют бег (ориентируясь на образец выполнения учителем) Выполняют комплекс упражнений. Прыгают с высоты с мягким приземлением (с помощью учителя). Участвуют в игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют упражнение по сигналу/ команде учителя, ориентируюсь на зрительно-пространственные опоры. Выполняют бег. Выполняют комплекс упражнений. Прыгают с высоты с мягким приземлением. Участвуют в игре (по инструкции учителя).
20	Перестроение из колонны по одному в шеренгу по одному, размыкание на вытянутые руки	1	Строевые команды и приемы. Ходьба со сменой положений рук. Упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев. Приставные шаги (в сторону). Подвижная игра (с метанием).	Выполняют строевые команды (ориентируясь на образец выполнения учителем) Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют 3-4 упражнения. Выполняют приставные шаги (с опорой на образец). Участвуют в подвижной игре (ориентируясь на образец выполнения учителем)	Выполняют команды по построению и перестроению по сигналу учителя (при необходимости ориентируются на образец). Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют упражнения. Выполняют приставные шаги (с опорой на образец). Осваивают и используют игровые умения.
21	Основные положения и движения рук, ног, туловища, головы: асимметричные движения рук	1	Выполнение построений в шеренгу, в колонну (по одному). Бег в медленном темпе, чередование ходьбы и бега. Упражнения на основные положения и движения рук, ног, головы,	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений. Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют основные	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп, дистанцию во время движения,

			туловища. Подвижная игра (на развитие точности движений).	положения и движения рук, ног, головы, туловища. Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	удерживая правильную осанку во время ходьбы. Выполняют упражнения на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
22	Дыхание во время ходьбы и бега	1	Бег в чередовании с ходьбой в колонне (по одному). Построение в круг. Комплекс общеразвивающих упражнений. Тренировочные упражнения на дыхание во время ходьбы, бега, проговаривание звуков на выдохе. Подвижная игра (на внимание).	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному (под контролем учителя). Выполняют построение в круг (с помощью учителя). Выполняют упражнения (после неоднократного показа и по прямому указанию учителя). Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Выполняют построение в круг и комплекс общеразвивающих упражнений (по инструкции учителя). Выполняют упражнения после показа учителя. Участвуют в подвижной игре.
23	Упражнения с гимнастическими палками	1	Выполнение построений в шеренгу и в колонну. Бег в чередовании с ходьбой. Комплекс упражнений с гимнастической палкой. Подвижная игра (с бросками и ловлей мяча).	Выполняют построения (с помощью и под контролем учителя). Выполняют бег в чередовании с ходьбой. Выполняют комплекс упражнений (после неоднократного показа учителем и под его контролем). Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).	Выполняют построения. Выполняют бег в чередовании с ходьбой. Выполняют упражнения с предметом, ориентируясь на образец выполнения учителем. Осваивают и используют игровые умения.

24	Ползание на четвереньках (в медленном темпе) по гимнастической скамейке	1	Упражнения на равновесие. Передвижение по гимнастической скамейке. Подвижная игра (с элементами лазания).	Выполняют упражнения в равновесии по показу учителя. Выполняют упражнения в ползании, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Осваивают и используют игровые умения.	Выполняют упражнения в равновесии по инструкции учителя. Выполняют упражнения в ползании по инструкции учителя. Осваивают и используют игровые умения.
25	Упражнения на формирования правильной осанки	1	Беседа о правильной осанке. Упражнения, направленные на формирование правильной осанки. Ходьба с изменением положений рук, ходьба по гимнастической скамейке, перешагивание через предметы. Эстафета с мячом.	Получают элементарные теоретические сведения о правильной осанке, зрительно воспринимают и оценивают образец удержания правильной осанки. Выполняют практические задания с заданными параметрами (демонстрируют правильную осанку, подбирают ответы на вопрос по предоставленным карточкам) с помощью учителя. Выполняют упражнения для расслабления мыщц, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют ходьбу с изменением положений рук, ходьба по гимнастической скамейке, перешагивание через предметы (с помощью и под контролем учителя). Участвуют в соревновательной деятельности.	Получают элементарные теоретические сведения о правильной осанке, зрительно воспринимают и оценивают образец удержания правильной осанки. Выполняют практические задания с заданными параметрами (демонстрируют правильную осанку, упражнения на формирование правильной осанки). Выполняют упражнения для расслабления мыщц (по показу и инструкции учителя). Выполняют ходьбу с изменением положений рук, ходьба по гимнастической скамейке, перешагивание через предметы. Участвуют в соревновательной деятельности.
26	Ходьба с предметом на голове	1	Упражнения с гимнастической палкой. Удержание в ходьбе предмета на голове, сохраняя правильную осанку.	Выполняют упражнения с предметом.	Выполняют упражнения с предметом.

				Выполняют ходьбу с предметом на голове, сохраняя правильную осанку (по прямому указанию учителя).	Выполняют ходьбу с предметом на голове, сохраняя правильную осанку.
27	Упражнения для развития точности движений	1	Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения. Ходьба и бег между различными ориентирами, прохождение по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам	Выполняют построения (под контролем учителя). Выполняют ходьбу и бег (по образцу). Совершают проход по гимнастическим скамейкам (с помощью учителя).	Выполняют построения. Выполняют ходьбу и бег. Совершают проход по гимнастическим скамейкам (с помощью учителя).
28	Упражнения для развития точности движений	1	Упражнения на равновесие. Ходьба по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам. Подвижная игра (с бегом).	Выполняют по показу учителя упражнения для развития точности движений и равновесия, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Совершают проход по гимнастическим скамейкам (с помощью учителя). Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).	Выполняют упражнения для развития точности движений и равновесия, ориентируясь на образец выполнения учителем. Совершают проход по гимнастическим скамейкам (с помощью учителя). Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
29	Упражнения с обручем	1	Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения, выполнение ходы и бега между различными ориентирами. Упражнения с предметом: удержание обруча двумя руками, перекладывание из одной руки в другую, выполнение различных исходных положений с обручем в руках, наклоны, приседания, прыжки, переступание.	Выполняют построения (под контролем учителя). Выполняют по показу учителя упражнения Выполняют упражнения с предметом (после неоднократного показа и по прямому указанию учителя).	Выполняют построения (под контролем учителя). Выполняют упражнения с предметом (после показа учителем).

30	Ходьба по гимнастической скамейке парами	1	Упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев. Ходьба по гимнастической скамейке парами (управление равновесием, взаимодействие).	Выполняют упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев (ориентируясь на образец выполнения учителем) Выполняют упражнения на равновесие (с помощью учителя).	Выполняют упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев *по показу учителя). Выполняют упражнения на равновесие (ориентируясь на образец выполнения учителем) Проходят парами по гимнастической скамейке.
31	Ходьба по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам	1	Упражнения на равновесие и преодоление препятствия. Ходьба по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам. Подвижная игра (с бегом и прыжками).	Выполняют упражнения на равновесие, преодолевают препятствия (с помощью учителя). Совершают проход по гимнастическим скамейкам (с помощью учителя). Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).	Выполняют упражнения на равновесие, преодолевают препятствия (по инструкции учителя). Совершают проход по гимнастическим скамейкам (по возможности самостоятельно). Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
32	Расхождение поворотом при встрече на гимнастической скамейке	1	Упражнения на равновесие и преодоление препятствия. Ходьба по гимнастической скамейке (прямо). Расхождение поворотом при встрече на гимнастической скамейке.	Выполняют упражнения на равновесие (после неоднократного показа и по прямому указанию учителя). Участвуют в расхождении (см помощью учителя).	Выполняют упражнения на равновесие (после показа учителем). Демонстрируют ходьбу по скамейке (прямо). Расходятся при встрече на скамейке (по возможности самостоятельно).
33	Ходьба по гимнастической скамейке (прямо, правым, левым боком с различными положениями рук, с мячом в руках, бросанием и ловлей мяча)	1	Комплекс упражнений утренней зарядки. Сохранение равновесия на ограниченной поверхности, выполняя передвижения, двигательные действия с мячом.	Выполняют комплекс упражнений. Выполняют ходьбу по гимнастической скамейке (прямо, правым, левым боком с различными положениями рук) после неоднократного показа и по прямому указанию учителя.	Выполняют комплекс упражнений (ориентируясь на образец выполнения учителем) Выполняют ходьбу по гимнастической скамейке (прямо, правым, левым боком с различными

					положениями рук, бросанием и ловлей мяча) самостоятельно.
34	Комплекс упражнений с гимнастической скакалкой	1	Ходьба с прыжками (доставая рукой ленточки). Комплекс общеразвивающих упражнений (в колонне по одному в движении). Упражнения со скакалкой: удержание, складывание, завязывание скакалки. Прыжки через скакалку.	Выполняют ходьбу по указанию учителя. Выполняют упражнения по показу учителя. Выполняют упражнения со скакалкой (после неоднократного показа и по прямому указанию учителя).	Выполняют ходьбу по указанию учителя. Выполняют упражнения в движении. Выполняют упражнения с предметом (после показа учителя). Выполняют прыжки через скакалку.
35	Упражнения для формирования правильной осанки	1	Ходьба по канату. Ходьба с различными положениями рук. Комплекс общеразвивающих упражнений с малыми мячами. Подвижная игра (с бегом).	Выполняют ходьбу по канату и ходьбу с различными положениями рук. Выполняют упражнения с малыми мячами, ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы). Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют ходьбу по канату и ходьбу с различными положениями рук. Выполняют упражнения с малыми мячами (после показа учителем). Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
36	Упражнения с малыми мячами	1	Бег в чередовании с ходьбой. Упражнения с малыми мячами: перекладывание, подбрасывание, перебрасывание мяча, бросание в пол, в стену и ловля мяча. Подвижная игра (с элементами общеразвивающих упражнений).	Выполняют бег в чередовании с ходьбой (под контролем учителя). Выполняют упражнения с малыми мячами (по прямому указанию учителя). Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют бег в чередовании с ходьбой. Выполняют упражнения с малыми мячами, ориентируясь на образец выполнения учителем. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
37	Стойка на одной ноге (другая согнута вперед, руки в	1	Выполнение построений в шеренгу, в колонну по одному.	Выполняют построения и перестроения (с помощью и под контролем учителя).	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры.

	различных исходных положениях)		Бег в медленном темпе, чередование ходьбы и бега. Упражнения на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища. Удержание равновесия во время выполнения упражнений. Подвижная игра (на развитие точности движений).	Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют основные положения и движения рук, ног, головы, туловища. Выполняют упражнения на равновесие (с помощью учителя). Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют бег и ходьбу. Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп, дистанцию во время движения, Выполняют упражнения на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища. (удерживая правильную осанку). Выполняют упражнения на равновесие (ориентируясь на образец выполнения учителем) Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
38	Упражнения с большим мячом	1	Бег в чередовании с ходьбой. Упражнения с большим мячом: перекладывание, подбрасывание, перебрасывание мяча, бросание в пол, в стену и ловля мяча. Подвижная игра (с прыжками).	Выполняют бег в чередовании с ходьбой под контролем учителя. Выполняют упражнения с большим мячом (по прямому указанию учителя). Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют бег в чередовании с ходьбой. Выполняют упражнения с большим мячом, ориентируясь на образец выполнения учителем. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
39-40	Лазание вверх, вниз по гимнастической стенке, (не пропуская реек)	2	Игровые задания на построение и перестроения. Ходьба в различном темпе. Комплекс упражнений утренней гимнастики. Определение названия двигательного действия, названия оборудования. Выполнение правильного захвата рейки руками и правильной постановки стопы на гимнастическую стенку. Подвижная игра (с прыжками).	Выполняют игровые задания (с помощью учителя). Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы. Выполняют комплекс утренней гимнастики, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют лазанье (с помощью учителя, по возможности	Выполняют игровые задания. Выполняют ходьбу по прямой линии на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы (с сохранением равновесия на ограниченной поверхности). Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения. Демонстрируют лазание по гимнастической стенке.

				самостоятельно) по прямому указанию учителя. Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Осваивают и используют игровые умения.
Игры					
41-42	Правила техники безопасности на занятиях подвижными играми. Подвижные игры: «Салки», «Мишка на льдине»	2	Беседа о правилах поведения на занятиях подвижными играми. Ходьба со сменой положения рук. Упражнения для укрепления голеностопных суставов и стоп. Выполнение игровых упражнений в беге в различных направлениях, на скорость не наталкиваясь друг на друга, действуя по сигналу и согласно правилам игры	Слушают инструктаж, отвечают на вопросы и зрительно воспринимают образец поведения на уроках физической культуры (техника безопасности). Выполняют ходьбу со сменой положения рук (по показу учителя и под контролем учителя). Участвуют в игровых упражнениях (по инструкции и по показу учителя), ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя). Осваивают и используют игровые умения.	Слушают инструктаж, отвечают на вопросы и зрительно воспринимают образец поведения на уроках физической культуры (техника безопасности). Выполняют ходьбу со сменой положения рук (ориентируясь на образец выполнения учителем) Выполняют игровые упражнения (по инструкции и по показу учителя). Участвуют в различных видах игр (по инструкции и показу учителя). Осваивают и используют игровые умения.
43	Подвижные игры: «Воздушный шар», «Повтори движение»	1	Упражнения со скакалкой. Выполнение прыжков через скакалку на двух ногах. Бросание и ловля мяча из разных положений, двумя руками, правой и левой рукой Подвижные игры.	Выполняют упражнения со скакалкой (по показу и инструкции учителя). Осваивают прыжки через скакалку. Выполняют упражнения с мячом. Осваивают и используют игровые умения.	Выполняют упражнения со скакалкой (ориентируясь на образец выполнения учителем) Прыгают через скакалку на двух ногах. Выполняют упражнения с мячом. Осваивают и используют игровые умения.

44	Подвижная игра (с бегом) «Пустое место»	1	Ходьба в колонне. Комплекс общеразвивающих упражнений с флажками. Переноска гимнастических матов. Выполнение прыжка в высоту. Подвижная игра (с бегом на скорость).	Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем своде стопы. Выполняют 5-6 упражнений с флажками. Выполняют прыжки по инструкции и неоднократному показу учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения). действий). Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы. Выполняют комплекс упражнений с флажками. Переносят гимнастический мат (по инструкции и показу учителя). Выполняют прыжки по инструкции и показу учителя. Участвуют в подвижной игре (по инструкции).
Лыжная подготовка					
45	Техника безопасности и правила поведения на лыжне	1	Беседа о правилах обращения с лыжным инвентарем и технике безопасности на занятиях лыжным спортом. Подготовка к занятиям.	Слушают правила поведения на уроках лыжной подготовки, информацию о предупреждении травм и обморожения с опорой на наглядность, участвуют в беседе, отвечают на вопросы учителя с опорой на визуальный план. Готовятся к занятию, выбирают лыжи и палки с помощью учителя.	Слушают правила поведения на уроках лыжной подготовки, информацию о предупреждении травм и обморожения с опорой на наглядность, участвуют в беседе, отвечают на вопросы учителя. Готовятся к занятию, выбирают лыжи и палки.
46	Совершенствование техники выполнения строевых команд и приемов	1	Тренировочные упражнения в подборе лыжного инвентаря и одежды к занятию. Строевые команды с лыжами и на лыжах, надевание и снимание лыж.	Выполняют упражнения (с помощью учителя). Выполняют строевые команды (по сигналу учителя).	Готовятся к занятию, выбирают лыжи и палки. Выполняют строевые команды (по сигналу учителя).
47	Техники выполнения ступающего шага без палок и с палками	1	Построение в шеренгу с лыжами. Повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне. Тренировочные	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию (по сигналу учителя).	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под

			упражнения (одевание лыжного инвентаря). Ступающий шаг. Выполнение ступающего шага: перекрестная координация движений рук и ног, перенос тяжести тела с одной ноги на другую, правильное положение туловища и головы.	Одевают лыжный инвентарь (с помощью учителя). Передвигаются на лыжах ступающим шагом.	рукой, соблюдая дистанцию (по сигналу учителя). Одевают лыжный инвентарь. Передвигаются по лыжне ступающим шагом.
48-49	Подготовка инвентаря для занятий лыжами	2	Тренировочные упражнения в одевании и закреплении креплений. Построения с лыжами в шеренгу. Передвижение с лыжами в колонну по одному с соблюдением техники безопасности. Передвижение на лыжах ступающим шагом.	Одевают самостоятельно или с помощью учителя форму для занятий лыжной подготовкой, подбирают лыжи и палки (с помощью учителя), передвигаются к месту занятий. Передвигаются на лыжах ступающим шагом.	Самостоятельно готовятся к уроку физической культуры, подбирают лыжи и палки, передвигаются к месту занятий. Выполняют передвижение ступающим шагом.
50	Построение в шеренгу по одному с лыжами в руках	1	Определение своего места в строю, построение в шеренгу, выполнение команд с лыжами в руках. Передвижение ступающим шагом.	Выполняют строевые действия с лыжами (по сигналу учителя), передвигаются к месту занятий (под контролем учителя). Передвигаются на лыжах ступающим шагом.	Выполняют строевые действия (по сигналу учителя), передвигаются к месту занятий, соблюдая технику безопасности при передвижении в колонне с лыжами. Передвигаются ступающим шагом по лыжне.
51-52	Передвижение в колонне по одному с лыжами в руках	2	Выполнение построений с лыжами в шеренгу. Передвижение с лыжами в колонну по одному с соблюдением техники безопасности.	Выполняют строевые команды с лыжами (по сигналу и под контролем учителя). Передвигаются в колонне по одному с лыжами в руках.	Выполняют строевые команды с лыжами (по сигналу учителя). Передвигаются колонне по одному с лыжами в руках. Выполняют передвижение ступающим шагом.

			Сохранение дистанции в колонне с лыжами в руках. Передвижение ступающим шагом	Передвигаются на лыжах ступающим шагом.	
53	Передвижение в колонне по одному на лыжах без палок	1	Выполнение построений с лыжами и передвижение к месту занятий. Передвижение в колонне по одному без палок, сохраняя безопасную дистанцию.	Выполняют строевые команды с лыжами и строевые действия на лыжах (по образцу). Выполняют передвижение в колонне по одному на лыжах без палок.	Выполняют строевые команды с лыжами и строевые действия на лыжах. Выполняют передвижение в колонне по одному на лыжах без палок.
54-58	Ходьба на лыжах ступающим шагом без палок по кругу друг за другом	5	Выполнение построений с лыжами в шеренгу. Передвижение с лыжами в колонну по одному с соблюдением техники безопасности. Выполнение передвижений на лыжах ступающим шагом, сохраняя равновесие, Выполнение спуска с горы на лыжах и подъема ступающим шагом.	Выполняют строевые команды с лыжами (по сигналу и под контролем учителя). . Передвигаются в колонне по одному с лыжами в руках. Передвигаются на лыжах ступающим шагом.	Выполняют строевые команды с лыжами (по сигналу учителя). Передвигаются в колонне по одному с лыжами в руках. Передвигаются на лыжах ступающим, скользящим шагом. Выполняют спуск с горы на лыжах и подъем ступающим шагом.
59	Прохождение отрезков на время (от 200 до 300 м)	1	Построение в шеренгу с лыжами. Повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне. Одевание лыжного инвентаря. Прохождение на лыжах отрезков на скорость.	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию (по сигналу учителя). Одевают лыжный инвентарь (с помощью учителя). Осваивают выполнение попеременного двухшажного хода (по возможности) по инструкции и неоднократному показу учителя (при необходимости: пошаговая	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию (по сигналу учителя). Одевают лыжный инвентарь. Выполняют попеременный двухшажный ход (по инструкции и показу учителя).

				инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий).	
60-62	Прохождение на лыжах за урок от 0,5 до 0,6 км	3	Выполнение построений с лыжами в шеренгу. Передвижение с лыжами в колонну по одному с соблюдением техники безопасности. Преодоление дистанции в быстром темпе.	Выполняют строевые команды с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами в руках. Преодолевают дистанцию в произвольном темпе.	Выполняют строевые команды с лыжами (по сигналу учителя). Передвигаются в колонне по одному с лыжами в руках. Преодолевают дистанцию в быстром темпе.
Игры					
63	Техника безопасности и правила поведения в процессе подвижных игр	1	Беседа о правилах поведения и предупреждении травматизма во время подвижных игр. Комплекс упражнений утренней зарядки. Подвижная игра (с бегом и прыжками).	Принимают участие в беседе. Выполняют упражнения утренней зарядки (по показу и инструкции учителя). Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).	Принимают участие в беседе. Отвечают на вопросы учителя. Выполняют комплекс упражнений. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
64	Значение утренней гимнастики	1	Выполнение поворотов на месте налево и направо переступанием. Выполнение ритмичной ходьбы с сохранением заданного темпа. Комплекс общеразвивающих упражнений типа «зарядка». Подвижная игра (с бегом).	Выполняют простые виды построений, осваивают на доступном уровне строевые действия в шеренге и колонне (с помощью учителя). Выполняют ходьбу с изменением скорости. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики) с помощью учителя. Участвуют в подвижной игре (по инструкции и показу учителя), ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий.	Выполняют построения и перестроения в шеренгу, колонну, осваивают действия в шеренге и колонне. Выполняют ходьбу с изменением скорости. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики). Участвуют в подвижной игре (по инструкции и показу учителя).

65	Подвижные игры (с элементами общеразвивающих упражнений)	1	Ходьба с хлопками. Упражнения с волейбольным мячом. Подвижная игра (на повторение движений учителя или ведущего, действие по сигналу, согласно правилам игры).	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют 3-4 упражнения с мячом. Осваивают и используют игровые умения.	Выполняют ходьбу по показу учителя. Выполняют упражнения по инструкции учителя. Осваивают и используют игровые умения.
66	Подвижная игра (с бросанием и ловлей мяча): «Бросить и поймать»	1	Бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Построение в круг и комплекс общеразвивающих упражнений утренней зарядки. Подвижная игра.	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному (под контролем учителя). Выполняют построение в круг и комплекс упражнений (с помощью учителя). Участвуют в подвижной игре (по инструкции).	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Выполняют построение в круг и комплекс утренней зарядки (по инструкции учителя). Осваивают и используют игровые умения.
67	Подвижная игра (с бегом) «Пустое место»	1	Ходьба в колонне. Комплекс общеразвивающих упражнений с флажками. Переноска гимнастических матов. Выполнение прыжка в высоту. Подвижная игра.	Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем своде стопы. Выполняют 5-6 упражнений с флажками. Выполняют прыжки по инструкции и неоднократного показа учителем (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий). Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы. Выполняют комплекс упражнений с флажками. Переносят гимнастические маты. Выполняют прыжки по инструкции и показу учителя. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя)
68	Эстафета с предметами	1	Подвижная игра с элементами перестроений. Бег в чередовании с ходьбой. Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений. Эстафета с предметами	Участвуют в подвижной игре. Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному (под контролем учителя).	Участвуют в подвижной игре. Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Демонстрируют выполнение общеразвивающих упражнений.

				Выполняют 3-4 упражнения комплекса. Участвуют в соревновательной деятельности.	Участвуют в соревновательной деятельности.
69	Игры (с метанием мяча): «Подвижная цель», «Обгони мяч»	1	Ходьба с хлопками. Упражнения с волейбольным мячом. Подвижные игры (на выполнение передачи – ловли мяч).	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют 5-6 упражнений с мячом (с помощью учителя). Осваивают и используют игровые умения.	Выполняют ходьбу (ориентируясь на образец выполнения учителем) Выполняют упражнения (по инструкции учителя). Осваивают и используют игровые умения.
70	Подвижные игры: «Волк во рву», «Рыбаки и рыбки»	1	Бег в медленном темпе. Комплекс общеразвивающих упражнений с малыми мячами. Прыжки на одной ноге (на месте и с продвижением). Подвижные игры.	Удерживают правильное положение тела во время бега. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения с предметом (ориентируясь на образец выполнения учителем) Участвуют в подвижных играх (под контролем учителя).	Удерживают правильное положение тела во время бега. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения с предметом. Участвуют в различных видах игр (по инструкции учителя).
71	Эстафета с мячом	1	Ходьба змейкой, в полуприседе. Чередование бега и ходьбы по сигналу. Выполнение броска набивного мяча (вес до 1 кг) различными способами (двумя руками). Эстафета (на взаимодействие с товарищами).	Удерживают правильное положение тела во время ходьбы змейкой (с помощью учителя). Выполняют чередование бега и ходьбы. Бросают набивной мяч из различных исходных положений. Осваивают и используют игровые умения.	Выполняют ходьбу змейкой, в полуприседе. Выполняют чередование бега и ходьбы. Бросают набивной мяч из различных исходных положений. Осваивают и используют игровые умения.

72	Подвижная игра «Воробьи и вороны»	1	Комплекс упражнений в движении. Упражнения на сохранение равновесия в ходьбе. Выполнение игровых действий.	Выполняют комплекс упражнений (ориентируясь на образец выполнения учителем) Выполняют ходьбу по линии на носках, на пятках с различными положениями рук (ориентируясь на образец выполнения учителем) Осваивают и используют игровые умения.	Выполняют комплекс упражнений. Выполняют ходьбу по линии на носках, на пятках с различными положениями рук. Осваивают и используют игровые умения.
73	Подвижная игра (на развитие внимания, памяти, точности движений) «Школа мяча»	1	Упражнения со скакалкой. Выполнение прыжков через скакалку на двух ногах. Бросание и ловля мяча из разных положений (двумя руками, правой и левой рукой). Подвижная игра.	Выполняют упражнения со скакалкой. Осваивают прыжки через скакалку. Бросают и ловят мяч (с помощью и под контролем учителя). Осваивают и используют игровые умения.	Выполняют упражнения со скакалкой. Демонстрируют прыжки через скакалку. Бросают и ловят мяч (по возможности самостоятельно). Осваивают и используют игровые умения.
74	Эстафета (на развитие координации движений)	1	Подвижная игра (с элементами перестроений). Бег в чередовании с ходьбой. Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений. Эстафета с предметами.	Осваивают и используют игровые умения. Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному (под контролем учителя). Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений (под контролем учителя). Участвуют в соревновательной деятельности. по возможности.	Осваивают и используют игровые умения. Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений (самостоятельно). Участвуют в соревновательной деятельности.
75	Передача предметов	1	Выполняют ходьбу с прыжками (доставая рукой ленточки).	Выполняют ходьбу (по указанию учителя). Выполняют упражнения в	Выполняют ходьбу (по указанию учителя). Выполняют упражнения в

			Комплекс общеразвивающих упражнений (в колонне по одному в движении). Упражнения со скакалкой: удержание, складывание, завязывание скакалки. Игровые задания в передаче предметов.	движении (ориентируясь на образец выполнения учителем) Выполняют упражнения со скакалкой (после неоднократного показа и по прямому указанию учителя). Выполняют игровые задания в передаче предметов (с помощью учителя).	движении (ориентируясь на образец выполнения учителем) Выполняют упражнения с предметом (после показа учителя). Выполняют игровые задания в передаче предметов.
76	Переноска предметов, спортивного инвентаря	1	Бег в чередовании с ходьбой. Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений. Освоение правил переноски предметов и спортивного инвентаря.	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному (под контролем учителя). Выполняют упражнения (ориентируясь на образец выполнения учителем). Переносят предметы, спортивный инвентарь (под руководством учителя и по инструкции учителя).	Выполняют бег в чередовании с ходьбой (по указанию учителя). Выполняют упражнения (ориентируясь на образец выполнения учителем). Переносят предметы, спортивный инвентарь (по инструкции учителя).
77	Подвижная игра «Перелет птиц»	1	Бег в чередовании с ходьбой. Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений. Подвижная игра с элементами лазания по гимнастической стенке	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному (под контролем учителя). Выполняют упражнения (ориентируясь на образец выполнения учителем). Участвуют подвижной игре (по инструкции и по показу учителя), ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция.	Выполняют бег в чередовании с ходьбой (по указанию учителя). Выполняют упражнения (ориентируясь на образец выполнения учителем). Участвуют в подвижной игре (по инструкции и по показу учителя).
78	Удары мяча о пол, о стенку и ловля мяча двумя руками	1	Бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Построение в	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному (под контролем учителя). Выполняют построение в круг	Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному.

			круг и комплекс общеразвивающих упражнений утренней зарядки. Подвижная игра (с мячом).	и комплекс упражнений (с помощью учителя). Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).	Выполняют построение в круг и комплекс упражнений утренней зарядки (по инструкции учителя). Осваивают и используют игровые умения.
79	Перекатывание мяча (вперед, вправо, влево, стоя, сидя)	1	Выполнение ходьбы с прыжками (доставая рукой ленточки). Комплекс общеразвивающих упражнений. Упражнения со скакалкой: удержание, складывание, завязывание скакалки. Игровые задания в перекатывании мяча.	Выполняют ходьбу (по указанию учителя). Выполняют 3-4 общеразвивающих упражнения (с помощью учителя). Выполняют упражнения со скакалкой (после неоднократного показа и по прямому указанию учителя). Выполняют игровые задания (с помощью учителя).	Выполняют ходьбу (по указанию учителя). Выполняют упражнения (по показу учителя). Выполняют упражнения со скакалкой. Выполняют игровые задания.
80	Эстафета с мячом	1	Подвижная игра с элементами перестроений. Бег в чередовании с ходьбой. Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений. Эстафета с мячом.	Участвуют в подвижной игре. Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному (под контролем учителя). Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений (под контролем учителя). Участвуют в соревновательной деятельности.	Участвуют в подвижной игре. Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Участвуют в соревновательной деятельности.
81-82	Подвижные игры: «Наседка и цыплята», «Зайцы, сторож и Жучка»	2	Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения. Выполнение ходьбы и бега. Упражнения с обручем. Перелезание	Выполняют построения. Выполняют ходьбу и бег. Выполняют упражнения с обручем (после неоднократного показа и по прямому указанию учителя).	Выполняют построения. Выполняют ходьбу и бег. Выполняют упражнения с обручем (после показа учителем). Перелезают через препятствия.

			через препятствия различным способом в зависимости от высоты.	Перелезают через препятствия (с помощью и под контролем учителя).	
83	Подвижная игра «Филин и пташки»	1	Ходьба и бег в среднем темпе. Комплекс общеразвивающих упражнений. Подвижная игра.	Выполняют ходьбу и бег в среднем темпе. Выполняют 4-5 упражнений (с помощью учителя). Участвуют в подвижной игре (по инструкции и по показу учителя).	Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями. Выполняют бег в среднем темпе. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
Легкая атлетика					
84	Правила поведения на уроках физической культуры (техника безопасности). Ходьба (в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук)	1	Выполнение построения в шеренгу и сдача рапорта дежурным. Ходьба (в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук). Комплекс упражнений утренней гимнастики. Бег в медленном темпе. Выполнение прыжков через шнур, начерченную линию. Подвижная игра (с бросанием мяча).	Выполняют построение (по показу учителя). Выполняют ходьбу (под контролем учителя). Выполняют упражнения (после неоднократного показа и по прямому указанию учителя). Выполняют медленный бег за наиболее физически развитым обучающимся из 2 группы, ориентируясь на его пример. Осваивают и используют игровые умения.	Выполняют построение (по сигналу учителя). Выполняют ходьбу в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук. Выполняют упражнения (после показа учителя). Демонстрируют бег в медленном темпе. Осваивают и используют игровые умения.
85	Метание большого мяча (двумя руками из - за головы)	1	Бег по коридорчику. Принятие правильного положение во время метания, выполнение метания большого мяча способом из-за головы.	Выполняют бег по коридорчику (с помощью учителя). Метают большой мяч двумя руками из-за головы, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или	Выполняют бег по коридорчику. Выполняют метание большого мяча двумя руками из-за головы (по инструкции учителя). Участвуют в

			Подвижная игра (с бегом).	обучающимися 2 группы. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).	подвижной игре (по инструкции учителя).
86	Бег с преодолением простейших препятствий	1	Ходьба с изменением направлений по ориентирам и командам учителя. Бег с преодолением простейших препятствий. Подвижная игра (с метанием).	Выполняют ходьбу с изменением направлений (по ориентирам и командам учителя). Выполняют бег с преодолением простейших препятствий (при необходимости с помощью учителя). Осваивают и используют игровые умения.	Выполняют ходьбу с изменением направлений (по ориентирам и командам учителя). Выполняют бег с преодолением простейших препятствий. Осваивают и используют игровые умения.
87-89	Метание теннисного мяча (на дальность)	3	Ходьба в колонне по одному. Выполнение комплекса упражнений для укрепления мышц туловища. Техника метания мяча. Выполнение метания (на дальность сильнейшей рукой).	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Выполняют 3-4 упражнения комплекса (по показу учителя). Выполняют метание на дальность, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы.	Выполняют ходьбу (по указанию учителя). Выполняют комплекс упражнений (по показу учителя). Выполняют метание на дальность (по инструкции и показу учителя).
90-91	Метание теннисного мяча (левой, правой рукой с места в горизонтальную цель)	2	Бег по прямой в шеренге. Комплекс общеразвивающих упражнений. Мяч для метания. Демонстрация стойки и техники метания мяча. Освоение правильного захвата, стойки и произвольного метания теннисного мяча в цель. Подвижная игра (с элементами общеразвивающих упражнений).	Выполняют бег (под контролем учителя). Выполняют 3-5 упражнений комплекса. Выполняют различные виды метания теннисных мячей (по инструкции и неоднократному показу учителя). Участвуют в подвижной игре (по показу и инструкции учителя).	Выполняют бег (по инструкции), ориентируясь на зрительно-пространственные опоры. Выполняют комплекс упражнений. Выполняют захват и удержание теннисных мячей для метания (по инструкции и показу учителя). Выполняют различные виды метания теннисных мячей (по

					инструкции и неоднократному показу учителя). Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
92-94	Прыжок в длину с места	3	Ходьба в медленном и быстром темпе. Прыжки в длину с места. Метание мяча с места (в горизонтальную цель).	Выполняют ходьбу в медленном и быстром темпе. Выполняют прыжки по инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий). Метают мяч с места в горизонтальную цель, ориентируясь на образец выполнения.	Выполняют ходьбу в медленном и быстром темпе. Выполняют прыжки (по инструкции и показу учителя). Выполняют метание мяча с места в горизонтальную цель.
95	Прыжки с ноги на ногу	1	Ходьба на носках, на пятках. Бег в среднем темпе с переходом на ходьбу. Выполнение многоскоков. Подвижная игра (на передачу мяча).	Выполняют ходьбу в умеренном темпе на носках, на пятках. Демонстрируют бег в среднем темпе с переходом на ходьбу (с помощью и под контролем учителя). Перепрыгивают с ноги на ногу. Осваивают и используют игровые умения.	Выполняют ходьбу в умеренном темпе на носках, на пятках. Демонстрируют бег в среднем темпе с переходом на ходьбу (по сигналу учителя). Перепрыгивают с ноги на ногу. Осваивают и используют игровые умения.
96	Прыжки через скакалку (на двух ногах, на одной ноге)	1	Ходьба с различным положением рук. Беговые упражнения. Упражнения со скакалкой, прыжки через скакалку. Подвижная игра (с элементами общеразвивающих упражнений).	Выполняют ходьбу с различным положением рук (по показу и инструкции учителя). Выполняют беговые упражнения. Выполняют прыжки через скакалку на двух ногах. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).	Выполняют ходьбу с различным положением рук (по показу и инструкции учителя). Выполняют беговые упражнения. Выполняют прыжки через скакалку на двух, на одной ноге.

					Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
97-98	Круговые эстафеты до 20 м	2	Подвижная игра с элементами перестроений. Бег в чередовании с ходьбой. Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений. Эстафета.	Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя). Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному (под контролем учителя). Выполняют 3-4 упражнения комплекса (под контролем учителя). Участвуют в соревновательной деятельности.	Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя). Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному. Выполняют упражнения комплекса. Участвуют в соревновательной деятельности.
99-100	Высокий старт	2	Ходьба со сменой положения рук. Упражнения для укрепления голеностопных суставов и стоп. Ускорение на дистанции в 30 м, ознакомление с понятием «высокий старт».	Выполняют ходьбу со сменой положения рук (под контролем учителя). Выполняют 3-4 упражнения комплекса (под контролем учителя). Выполняют бег с высокого старта, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Выполняют ходьбу со сменой положения рук (по показу учителя). Выполняют упражнения (по инструкции и показу учителя). Выполняют бег с высокого старта п(о инструкции и показу учителя).
101-102	Медленный бег до 1-2 мин	2	Ходьба в колонне. Комплекс общеразвивающих упражнений с малыми мячами. Медленный бег.	Выполняют различные виды ходьбы в колонне (по показу учителя). Выполняют упражнения с малыми мячами (с помощью и под контролем учителя). Выполняют медленный бег в чередовании с ходьбой.	Выполняют различные виды ходьбы (по указанию учителя). Выполняют упражнения с малыми мячами (по показу учителя). Выполняют медленный бег.

V. ТЕХНОЛОГИЧЕСКОЕ И МЕТОДИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

Урок 1

<table>
<tr><td>Предмет</td><td colspan="3">Адаптивная физическая культура</td></tr>
<tr><td>Класс</td><td colspan="3">3</td></tr>
<tr><td>Материально-техническое обеспечение</td><td colspan="3">Набивные мячи, баскетбольные мячи</td></tr>
<tr><td>Тип урока</td><td colspan="3">Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)</td></tr>
<tr><td>Тема</td><td colspan="3">Правила поведения на уроках физической культуры (техника безопасности)</td></tr>
<tr><td>Цель</td><td colspan="3">Закрепление правил поведения во время занятий физической культурой в зале и на спортивной площадке</td></tr>
<tr><td>Задачи</td><td colspan="3">Коррекционно- образовательные: повторить основные гигиенические правила и основные приемы самоконтроляКоррекционно-развивающие: закрепить навык выполнения низкого старта, технику стартового разгона и финиширования, развивать скоростно- силовые качестваКоррекционно- воспитательные: воспитывать интерес к занятиям легко-атлетическими упражнениями</td></tr>
<tr><td rowspan="3">Этапы урока</td><td colspan="3">Содержание деятельности</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Деятельность учителя</td><td colspan="2">Деятельность обучающихся</td></tr>
<tr><td>Минимальный уровень</td><td>Достаточный уровень</td></tr>
<tr><td>1. Организационный этап</td><td>Приветствие учителя.
Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия</td><td colspan="2">Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя</td></tr>
</table>

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Беседа о соблюдении техники безопасности на уроках легкой атлетики, об основных приемах самоконтроля	Слушают и применяют правила поведения на уроках легкой атлетики (под контролем учителя), отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на визуальный план(с использованием системы игровых, сенсорных поощрений),называют основные приемы самоконтроля	Слушают и применяют правила поведения на уроках легкой атлетики (самостоятельно), отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на визуальный план самостоятельно, называют основные приемы самоконтроля
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение 3 -4 упражнений утренней гимнастики2. Подвижная игра на пространственное ориентирование	1. Выполняют 3 – 4 упражнения утренней гимнастики по показу.2. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	1. Выполняют 3 – 4 упражнения утренней гимнастики.2. Играют в подвижную игру по инструкции учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания	Совместно с родителем осуществляет подготовку к уроку	Самостоятельно готовятся к следующему уроку
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 2

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3
Материально-техническое обеспечение	Конусы, музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)

Тема	Понятия о предварительной и исполнительной командах		
Цель	Формирование понятия о предварительной и исполнительной командах.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить понятие о предварительной и исполнительной командах.Коррекционно- развивающие: содействовать общему укреплению организма.Коррекционно- воспитательные: воспитывать трудолюбие, ответственность, дисциплинированность.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализации знаний обучающихся. Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу, колонну.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики	1. Выполняют построение попоказу учителя.2. Выполняют комплекса утреннейгимнастики с опорой на зрительныйобразец и подсказкам учителя	1. Выполняют построения и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют комплексаутренней гимнастики сопорой на образец
3 Включение изученного в систему знаний	1.Определение видов команд. Повторение строевых действий в соответствии с командой.2. Бег в медленном темпе вколонне по одному.3. Подвижная игра на построение в разных частях зала	1. Зрительно воспринимаютобразец выполнения и соотносят с голосовым (звуковым) сигналомпредварительную и исполнительную команды.2. Выполняют медленный бег за наиболее физически развитым обучающимся из 2 группы, ориентируясь на его пример.3. Участвуют в игре по инструкции учителя	1. Ориентируются на образец выполнения предварительной иисполнительной команд.2. Выполняют медленный бег.3. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания		

5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 3

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	3		
Материально-техническое обеспечение	Конусы, фишки, мячи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Ходьба с контролем и без контроля зрения, изменением скорости		
Цель	Формирование навыка ходьбы с контролем и без контроля зрения, изменением скорости.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать навык ходьбы с контролем и без контроля зрения, изменением скорости.Коррекционно-развивающие: содействовать общему укреплению организма и стимулировать функции дыхания.Коррекционно- воспитательные: воспитывать интерес к предмету.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу, колонну.2. Выполнение поворотов на месте налево и направо переступанием	1.Выполняют простые виды построений, осваивают надоступном уровне строевые действия в шеренге и колонне (с помощью учителя).2. Выполняют повороты на месте налево и направо переступанием по инструкции учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, колонну, осваивают действия в шеренге и колонне.2. Выполняют повороты на месте налево и направо переступанием
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение ходьбы сизменением скорости.2. Выполнение ходьбы шеренгойс открытыми и закрытымиглазами.3. Подвижная игра с бегом	1. Выполняют ходьбу с изменением скорости с опорой на показ учителя.2. Выполняют ходьбушеренгой с открытыми изакрытыми глазами (по возможности).3. Участвуют в подвижной игре по инструкции и показуучителя, ориентируясь напоэтапный показ отдельных действий	1. Выполняют ходьбу сизменением скорости.2. Выполняют ходьбушеренгой с открытыми изакрытыми глазами.3. Участвуют в различныхвидах игр после инструкции и показа учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: подготовить 2-3 общеразвивающих упражнений	Совместно с родителем осуществляет подготовку общеразвивающих упражнений	Самостоятельно осуществляет подготовку общеразвивающих упражнений
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 4

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3

Материально-техническое обеспечение	Набивные мячи, баскетбольные мячи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Ходьба с высоким подниманием бедра, в полуприсяде, с различными положениями рук		
Цель	Формирование навыка ходьбы с высоким подниманием бедра, в полуприсяде, с различным положением рук.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать навык ходьбы с высоким подниманием бедра, в полуприсяде, с различным положением рук.Коррекционно- развивающие: организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью различных видов ходьбы, бега.Коррекционно- воспитательные: воспитывать трудолюбие, ответственность, дисциплинированность.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение общеразвивающих	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют общеразвивающие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют общеразвивающие упражнения.
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение ходьбы ссохранением правильной осанки.2. Выполнение ходьбы сперешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра, вмедленном, среднем и быстром темпе, со сменой	1. Выполняют ходьбу (под контролем учителя).2. Выполнение ходьбы с перешагиванием через большие мячи с высокимподниманием бедра, в медленном, среднем и быстром темпе, со сменой положений рук: вперёд, вверх, с хлопками	1. Выполняют ходьбу.2. Выполнение ходьбы сперешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра, в медленном, среднем и быстром темпе, со сменой положений рук: вперёд, вверх, с

	положений рук: вперёд, вверх, с хлопками.3. Выполнение бега в медленномтемпе 80-100 м.4. Подвижная игра с бросаниеммяча.	(обучающиеся трудностями координации ходят, взявшись за руки с учителем).3. Выполняют медленный бег за наиболее физически развитым обучающимся из 2группы, ориентируясь на его пример.4. Осваивают и используют игровые умения	хлопками.3. Выполняют медленный бег.4. Осваивают и используют игровые умения
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться вперешагивание через большие мячи с высоким подниманием бедра	Совместно с родителем выполняют упражнения, перешагивая через большие мячи с высоким подниманием бедра	Самостоятельно выполняют упражнения ,перешагивают через большие мячи с высоким подниманием бедра
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 5

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, музыка для физкультминутки
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Беговые упражнения
Цель	Формирование представляй о видах беговых упражнений.

Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать представления о видах беговых упражнений.Коррекционно- развивающие: содействовать общему укреплению организма и стимулировать функции дыхания.Коррекционно- воспитательные: воспитывать интерес к предмету.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют общеразвивающие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют общеразвивающие упражнения.
3. Открытие «нового» знания	Ознакомление с названиембеговых упражнений и ихвыполнение.	Осваивают беговые упражнения выполняя на уменьшенном расстоянии	Знакомятся с различными видами бега, выполняют беговые упражнения
4. Первичное закрепление материала	1.Выполнение ходьбы с изменением скорости.2. Выполнение бега в заданномнаправлении.3. Эстафета с бегом	1. Выполняют ходьбу с изменением скорости.2. Выполняют различные виды бега: на носках, с высоким подниманием бедра и захлестыванием голени назад.3. Участвуют в соревновательной деятельности	1.Выполняют ходьбу с изменением скорости.2.Выполняют различные виды бега: на носках, с высоким подниманием бедра и захлестыванием голени назад.3. Участвуют в соревновательной деятельности
5. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторить названия беговых упражнений	Совместно с родителем повторят название беговых упражнений	Самостоятельно повторяют название беговых упражнений
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 6

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	3		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, маты.		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Бег в колонне по прямой и со сменой направлений по ориентирам		
Цель	Закрепление различных способов выполнения отдельных общеразвивающих упражнений, с элементами строя.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить технику выполнения ходьбы и бега в колонне.Коррекционно- развивающие: развивать беговые качества.Коррекционно- воспитательные: воспитывать сознательную дисциплину		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения в шеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение комплекса упражнений типа зарядки.	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекс упражнений наименьшее количество раз	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекс упражнений

3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение бега с высокимподнимание бедра, сохраняядистанцию и правильную осанку.2. Подвижная игра с элементамиобщеразвивающих упражнений	1.Осваивают бег в колонне по прямой и со сменой направлений по ориентирам.2. Участвую в подвижной игре после инструкции и показа учителя	1. Осваивают бег в колонне по прямой и со сменой направлений по ориентирам.2. Участвуют в различных видах игр показа учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться вбеге высоким подниманием бедра	Совместно с родителем выполняют бег с высоким подниманием бедра	Самостоятельно выполняют бег с высоким подниманием бедра
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 7

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3
Материально-техническое обеспечение	Мячи, кегли, гимнастические палки.
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Бег в чередовании с ходьбой до 100 м.
Цель	Формирование знаний о разновидностях чередования бега и ходьбы.

Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить основные гигиенические правила и основные приемы самоконтроляКоррекционно-развивающие: закрепить навык выполнения низкого старта, технику стартового разгона и финиширования, развивать скоростно- силовые качестваКоррекционно- воспитательные: воспитывать интерес к занятиям легко-атлетическими упражнениями		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения в шеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение комплексаупражнений типа зарядки.	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекс упражнений наименьшее количество раз	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекс упражнений
3. Включение изученного в систему знаний	1. Закрепление выполнения бега в колонне правильно держа туловище, работая руками, ставя стопу на носок, свободно двигаясь.2. Выполнение чередования бегаи ходьбы на расстоянии.3.Проведение коррекционной игры	1. Удерживают правильную осанку во время бега, ходьбы (с помощью учителя, при необходимости пошаговая инструкция учителя).2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения в чередовании ходьбы и бега.3. Участвуют в игре по инструкции учителя	1. Выполняют по показу учителя упражнения для развитияпереключаемости движений. правильнуюосанку во время бега, ходьбы.2. Смотрят образец выполняют упражнения в чередовании ходьбы и бега.3. Играют в подвижную игрупосле инструкции учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться вЧередование бега и ходьбы на расстояние	Совместно с родителем выполняют упражнения в чередовании ходьбы и бега	Самостоятельно выполняют упражнения чередовании ходьбы и бега
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 8

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	3		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы.		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Понятие низкий старт. Бег на скорость 30 м		
Цель	Освоение низкого старта. Формирование у обучающихся осознанного выполнения бега на скорость.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: обучить технике низкого старта, формировать осознанное выполнение бега на скорость.Коррекционно-развивающие: способствовать развитию скоростно-силовых качеств, быстроты, координации.Коррекционно- воспитательные: воспитывать целеустремленность, настойчивость, упорство в достижении поставленной цели.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение ходьбы сизменением скорости	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют ходьбу с изменением скорости	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют ходьбу с изменением скорости

3. Открытие «нового» знания	Освоение правил техникибезопасности во время выполнения упражнений в паре	Осваивают правила техники безопасности и выполняют подводящие, строевые и общеразвивающие упражнения по показу учителя и/или с опорой на пример обучающихся из 2 группы выполняют упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя	Осваивают правила техники безопасности и выполняют подводящие, строевые и общеразвивающие упражнения по показу учителя
4. Первичное закрепление материала	1. Демонстрация техникинизкого старта.2. Освоение специально беговыхупражнений	1. Выполняют перебежки группами и по одному 15—20 м с низкого старта с опорой на пример обучающихся из 2 группы выполняют упражнения послеоднократного показа по прямому указанию учителя.2. Осваивают быстрый бег, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют перебежки группами и по одному 15—20 м с низкого старта с опорой образец.2. Осваивают быстрый бег, ориентируясь на образец выполнения учителем
5. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторить правила техникибезопасности во время выполнения упражнений в паре	Совместно с родителем повторяют правила техники безопасности во время выполнения упражнения в паре	Самостоятельно повторяют правила техники безопасности во время выполнения упражнения в паре
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 9

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3
Материально-техническое обеспечение	Метр, мел

Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Прыжки на одной ноге на месте, с продвижением вперед		
Цель	Закрепление умения обучающихся в выполнении прыжка в длину с места, с продвижением вперед.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закреплять умение обучающихся в выполнении прыжка в длину с места, с продвижением вперед.Коррекционно- развивающие: закрепить навык выполнения низкого старта, технику стартового разгона и финиширования, развивать скоростно- силовые качестваКоррекционно- воспитательные: воспитание скоростно - силовых качеств, дисциплинированности, трудолюбия, привитие любви к занятиям физкультурой.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение общеразвивающихупражнений	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют общеразвивающие упражнения наименьшее количество раз	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют общеразвивающие упражнения после инструкции и по показупедагога
3. Включение изученного в систему знаний	1. Ориентирование в направлении движений.2. Выполнение несколько подпрыгиваний подряд в заданном направлении.3. Подвижная игра с метанием	1. Ориентируются в направлении движений спомощью педагога.2. Прыгают на двух ногах спродвижением вперед.3. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	1. Ориентируются в направлении движений.2. Выполняют прыжки в заданном направлении, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры.3. Играют в подвижную игру по инструкции учителя

4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться подпрыгивании в заданном направлении	Совместно с родителем выполняют подпрыгивания в заданном направлении	Самостоятельно выполняют подпрыгивания в заданном направлении
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 10

Предмет	Адаптивная физическая культура	
Класс	3	
Материально-техническое обеспечение	Гимнастические маты, барьеры, стойки для прыжков в высоту.	
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)	
Тема	Прыжки в высоту	
Цель	Формирования умения выполнения прыжков в высоту.	
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику прыжков в высоту.Коррекционно- развивающие: укрепить здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных, силовых способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	
Этапы урока	Содержание деятельности	
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся

		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение общеразвивающихупражнений с флажками	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют 3-4упражнений сфлажками	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекс упражнений с флажками
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение различных видовходьбы в колонне.2. Демонстрация прыжка в высоту.3. Подвижная игра с метанием	1. Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем своде стопы.2. Выполняют прыжки после инструкции и неоднократного показа учителем (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контрольвыполнения действий).3. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	1. Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы.2. Выполняют прыжки после инструкции и показа учителя.3. Играют в подвижную игру после инструкции и показа учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в прыжках в высоту	Совместно с родителем упражняются в прыжках в высоту	Самостоятельно упражняются в прыжках в высоту
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 11

Предмет	Адаптивная физическая культура

Класс	3		
Материально-техническое обеспечение	метр, гимнастические палки.		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Прыжок в длину с места		
Цель	закрепление выполнения прыжка в длину с места		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику прыжка в длину с места.Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать целеустремленность, настойчивость, упорство в достижении поставленной цели.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение ходьбы в медленном и быстром темпе	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют ходьбу в медленном и быстром темпе.	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют ходьбу в медленном и быстром темпе.

3. Включение изученного в систему знаний	1. Демонстрация прыжка в длину с места.2. Выполнение прыжка технически правильно, отталкиваясь и приземляясь.3. Метание с места в горизонтальную цель	1. Смотрят за техникой выполнения прыжка в длину с места.2. Выполняют прыжки после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнениядействий), прыгают на толчком одной или двумя ногами с места.3. Осваивают метание с места в горизонтальную цель, ориентируясь на образец выполнения	1. Смотрят за техникой выполнения прыжка в длину с места.2. Выполняют прыжки после инструкции и показа учителя.3. Выполняют метание с места вгоризонтальную цель
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в прыжках в длину с места	Совместно с родителем упражняются в прыжках в длину с места	Самостоятельно упражняются в прыжках в длину с места
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 12

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3
Материально-техническое обеспечение	Мат, скакалка
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Прыжок с 3-5 беговых шагов в длину с разбега
Цель	Формирование у обучающихся представлений о прыжках в длину с разбега, способах отталкивания при прыжках в длину с разбега

Задачи	Коррекционно- образовательные: обучить постановке толчковой ноги на планку и отталкиванию.Коррекционно- развивающие: способствовать развитию скоростно-силовых качеств.Коррекционно- воспитательные: воспитывать целеустремленность, настойчивость, упорство в достижении поставленной цели.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение ходьбы с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями по показу учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение непрерывного бега в среднем темпе.2. Демонстрирование техникипрыжка с разбега: правильноразбегаясь, сильно отталкиваясь и мягко приземляясь.3. Метание с места в вертикальную цель	1. Выполняют непрерывный бег в среднем темпе по инструкции учителя.2. Прыгают в длину с небольшого разбега.3. Выполняют метание после инструкции и неоднократного показа учителя	1. Выполняют непрерывный бег в среднем темпе.2. Прыгают с небольшого разбега в длину.3. Выполняют метание после инструкции и показа учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в прыжках с разбега	Совместно с родителем упражняются в прыжках с разбега	Самостоятельно упражняются в прыжках с разбега
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 13

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	3		
Материально-техническое обеспечение	Теннисные мячи, волейбольные мячи, обручи, маты.		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Метание теннисного мяча левой, правой рукой с места в горизонтальную цель.		
Цель	Овладение навыками метания теннисного мяча левой, правой рукой с места в горизонтальную цель.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: обучать технике метания теннисного мяча левой, правой рукой с места в горизонтальную цель.Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать ценностное отношение к здоровому образу жизни, трудолюбия, волевых качеств		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение общеразвивающихупражнений	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют 3-5 упражнения	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют общеразвивающие упражнения
3. Открытие «нового» знания	1. Ознакомление с названиеммяча для метания.2. Демонстрация стойки итехники метания мяча	1.Знакомятся с названием мяча для метания.2.Знакомятся со стойкой и техникой метания мяча с опорой на показ учителя	1.Знакомятся с названием мяча для метания.2.Знакомятся со стойкой и техникой метания мяча
4. Первичное закрепление материала	1. Освоение правильногозахвата, стойки и произвольного метания теннисного мяча в цель.2. Игры с элементами общеразвивающих упражнений	1. Выполняют различные виды метания теннисных мячей после инструкции и неоднократного показа учителя.2. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	1. Выполняют захват иудержание теннисных мячей для метания после инструкции и показа учителя.2. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторить правила техники метания мяча	Совместно с родителем повторяют правила техники метания мяча	Самостоятельно повторяют правила техники метания мяча
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 14

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3
Материально-техническое обеспечение	Теннисные мячи, скакалки.

Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Метание теннисного мяча на дальность		
Цель	Овладение навыками метания теннисного мяча.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: обучать технике метания малого мяча на дальностьКоррекционно- развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать ценностное отношение к здоровому образу жизни, трудолюбия, волевых качеств		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение ходьбы в колоннепо одному с различными заданиями для рук.3.Выполнение комплексаупражнений для укрепленияту ловища	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы.3. Выполняют 3-4 упражнения комплекса	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют ходьбу по указанию учителя.3. Выполняют комплекс упражнений по показу учителя
3. Открытие «нового» знания	1. Демонстрация стойки итехники метания мяча	1. Знакомятся со стойкой и техникой метания мяча с опорой на показ учителя	1. Знакомятся со стойкой и техникой метания мяча
4. Первичное закрепление материала	1. Освоение правильного удержания мяча, ориентирование в пространстве, соразмерениесвоих усилий.2. Выполнение метания надальность сильнейшей рукой	1. Осваивают правильное удержания мяча, ориентирование в пространстве, соразмерение своих усилий по показу учителя.2. Выполняют метание на дальность, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Осваивают правильное удержания мяча,ориентирование в пространстве, соразмерение своих усилий2. Выполняют метание надальность после инструкции и показа учителя

5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторить правила техники метания мяча	Совместно с родителем повторяют правила техники метания мяча	Самостоятельно повторяют правила техники метания мяча
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 15

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	3		
Материально-техническое обеспечение	Свисток, секундомер, мячи		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Челночный бег (3х5) м.		
Цель	Формирование правильной техники выполнения челночного бега (3х5) м.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать умение выполнять челночный бег (3х5) м.Коррекционно- развивающие: учить анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения.Коррекционно-воспитательные: воспитывать дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленныхцелей.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение ходьбы сперешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра	1. Выполняют построение попоказу учителя.2. Выполняют ходьбу с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра по показу учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют ходьбу с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра по инструкции учителя
3. Открытие «нового» знания	1. Демонстрация техники выполнения челночного бега	1. Знакомятся с техникой выполнения челночного бега с опорой на показ учителя	1. Знакомятся с техникой выполнения челночного бега
4. Первичное закрепление материала	1. Выполнение челночного бега,демонстрирование техники высокого старта.2. Метание мячей с места левойи правой рукой	1. Выполняют челночный бег 3х5 м по инструкции учителя.2. Выполняют метание мячей с места левой и правой рукой по показу учителя	1. Выполняют челночный бег 3х5 м.2. Выполняют метание мячей с места левой и правой рукой
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторить правила техники челночного бега	Совместно с родителем повторяют правила техники челночного бега	Самостоятельно повторяют правила техники челночного бега
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 16

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3

Материально-техническое обеспечение	Конусы, эстафетные палочки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Эстафетный бег		
Цель	Совершенствование навыков в эстафетном беге, овладение основами движений.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать навыки в эстафетном беге, овладение основами движений.Коррекционно-развивающие: способствовать развитию скоростно-силовых качеств.Коррекционно- воспитательные: воспитание скоростных качеств, командного мышления, соревновательного духа, дисциплинированности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение ходьбы со сменой положения рук	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение упражнений дляукрепления голеностопных суставов и стоп.2. Преодоление своего этап и передача эстафетной палочки участнику своей команды	1. Выполняют упражнения наименьшее количество раз.2. Участвуют в соревновательной деятельности по возможности (участвуют в эстафете)	1. Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя.2. Участвуют в соревновательной деятельности (участвуют в эстафете)

4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнять упражнения для укрепления голеностопных суставов и стоп	Совместно с родителем выполняют упражнения для укрепления голеностопных суставов и стоп	Самостоятельно выполняют упражнения для укрепления голеностопных суставов и стоп
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 17

<table>
<tr><td>Предмет</td><td colspan="3">Адаптивная физическая культура</td></tr>
<tr><td>Класс</td><td colspan="3">3</td></tr>
<tr><td>Материально-техническое обеспечение</td><td colspan="3">Набивной мяч</td></tr>
<tr><td>Тип урока</td><td colspan="3">Урок открытия новых знаний</td></tr>
<tr><td>Тема</td><td colspan="3">Бросок набивного мяча (вес до 1 кг) различными способами двумя руками</td></tr>
<tr><td>Цель</td><td colspan="3">Изучение техники выполнения бросков набивного мяча весом 1 кг различными способами.</td></tr>
<tr><td>Задачи</td><td colspan="3">Коррекционно- образовательные: осваивать технику выполнения бросков набивного мяча весом 1 кг различными способами.Коррекционно- развивающие: способствовать координации движений применительно к броскам набивного мяча.Коррекционно- воспитательные: воспитывать умения работать в группе, соблюдая технику безопасности.</td></tr>
<tr><td rowspan="3">Этапы урока</td><td colspan="3">Содержание деятельности</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Деятельность учителя</td><td colspan="2">Деятельность обучающихся</td></tr>
<tr><td>Минимальный уровень</td><td>Достаточный уровень</td></tr>
</table>

1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Ходьба со сменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т.д.	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения обучающего 2 группы или учителя	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют ходьбу со сменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т.д.
3. Открытие «нового» знания	1. Определение названия мяча, какие качества развивают упражнения с этим мячом.	1. Знакомятся с определением названия мяча, с видами упражнений с этим мячом по показу учителя	1.Знакомятся с определением названия мяча, с видами упражнений с этим мячом
4. Первичное закрепление материала	1. Выполнение броска,согласовывая движения рук и туловища.2. Выполнение быстрого бега на скорость	1. Бросают набивной мяч из различных исходных положений меньшее количество раз.2. Выполняют быстрый бег на скорость по инструкции учителя	1. Бросают набивной мяч из различных исходных положений.2. Выполняют быстрый бег на скорость
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторить виды упражнений с набивным мячом	Совместно с родителем повторяют виды упражнений с набивным мячом	Самостоятельно повторяют виды упражнений с набивным мячом
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 18

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3

Материально-техническое обеспечение	Видеоматериал		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Правила ТБ на занятиях гимнастикой. Значение физических упражнений для здоровья человека		
Цель	Формировать у обучающихся навыки ТБ на занятиях гимнастикой.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: понимать важность следования инструкциям по технике безопасности.Коррекционно- развивающие: способствовать координации движений применительно к броскам набивного мяча.Коррекционно- воспитательные: воспитывать умения работать в группе, соблюдая технику безопасности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Ходьба со сменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т.д.	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения обучающего 2 группы или учителя	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют ходьбу со сменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т.д.
3. Открытие «нового» знания	1. Беседа о правилах поведенияна занятиях гимнастикой.2. Беседа о значении физических упражнений	1.Слушают инструктаж, отвечают на вопросы односложно (да/нет) и зрительно воспринимают образец поведения на уроках физической культуры (техника безопасности).2. Просматривают видеоматериал по теоретическим вопросам	1.Слушают инструктаж, отвечают на вопросы односложно (да/нет) и зрительно воспринимают образец поведения на уроках физической культуры (техника безопасности).2. Просматривают видеоматериал по теоретическим вопросам

		адаптивной физической культуры. Отвечают на вопросы односложно	адаптивной физической культуры. Отвечают на вопросы предложением
4. Первичное закрепление материала	1. Выполнение строевых действий, ориентирование в пространстве.2. Коррекционная игра	1. Слушают объяснение (инструкцию) учителя с фиксацией на этапах выполнения упражнения на ориентировку в пространстве.2. Участвуют в игре по показу и инструкции учителя	1. Воспринимают и запоминают расположение зрительных пространственных опор - ориентиров для выполнения построений и перестроений.2. Играют в игру после инструкции учителя
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторить правилах поведения на занятиях гимнастикой	Совместно с родителем повторяют правила поведения на занятиях гимнастикой	Самостоятельно повторяют правила поведения на занятиях гимнастикой
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 19

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3
Материально-техническое обеспечение	Маты, музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Перестроение из шеренги в круг
Цель	Создание условий для совершенствования элементов, технических приёмов перестроения.

Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепление перестроения из шеренги в круг.Коррекционно- развивающие: развивать силу, ловкость, выносливость, координационных способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать организованность, трудолюбие, культуру движения.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекс наименьшее количество раз	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекс упражнений по показу и инструкции учителя
3. Включение изученного в систему знаний	1. Бег с изменением направлений.2. Выполнение прыжка с высоты.3. Коррекционная игра	1. Выполняют упражнение по показу учителя.2. Прыгают с высоты с мягким приземлением по показу учителя.3. Участвуют в игре по показу и инструкции учителя	1. Выполняют упражнение по сигналу/ команде учителя, ориентируюсь на зрительно-пространственные опоры.2. Прыгают с высоты с мягким приземлением.3. Играют в игру после инструкции учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнять комплекс упражнений	Совместно с родителем выполняют комплекс упражнений	Самостоятельно выполняют комплекс упражнений
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 20

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	3		
Материально-техническое обеспечение	Маты, мячи, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Перестроение из колонны по одному в шеренгу по одному, размыкание на вытянутые руки.		
Цель	Создание условий для совершенствования элементов, технических приёмов перестроения.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепление перестроения из колонны по одному в шеренгу по одному, размыкание на вытянутые руки.Коррекционно- развивающие: развивать силу, ловкость, выносливость, координационных способностей.Коррекционно-воспитательные: воспитывать организованность, трудолюбие, культуру движения.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение ходьбы со сменой положений рук	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют ходьбу ориентируясь на образец выполнения учителем

3. Включение изученного в систему знаний	1.Ознакомление с упражнениями для развития мышц кистей рук и пальцев.2.Выполнение приставных шагов в сторону, ориентирование в пространстве.3.Подвижная игра с метанием мяча	1.Выполняют 3-4 упражнения. 2.Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор - ориентиров для выполнения построений и перестроений. 3.Участвуют в подвижной игре по показу учителя	1.Выполняют упражнения по словесной инструкции и показу.2.Выполняют команды по построению и перестроению по сигналу учителя (при необходимости ориентируются на образец).3.Осваивают и используют игровые умения
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнять комплекс упражнений для развития мышц кистей рук и пальцев	Совместно с родителем выполняют комплекс упражнений для развития мышц кистей рук и пальцев	Самостоятельно выполняют комплекс упражнений для развития мышц кистей рук и пальцев
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 21

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3
Материально-техническое обеспечение	Гимнастические палки, мячи, фишки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Основные положения и движения рук, ног, туловища, головы: асимметричные движения рук.
Цель	Увеличение общей подвижности рук, ног, туловища, головы.

Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать жизненно необходимых двигательные умения и навыки.Коррекционно- развивающие: развивать силу, ловкость, выносливость, координационных способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать организованность, трудолюбие, культуру движения.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение построений в шеренгу, в колонну по одному	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Фиксируют внимание ивоспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры
3. Включение изученного в систему знаний	1. Освоение бега в медленном темпе, чередование ходьбы и бега. 2.Выполнение упражнений на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища.3. Коррекционная игра на развитие точности движений	1. Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. 2.Выполняют основные положения и движения рук, ног, головы, туловища с наименьшим количеством раз. 3.Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	1. Выполняют упражнения на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища.2.Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп, дистанцию во время движения, удерживая правильную осанку во время ходьбы.3.Играют в подвижную игру после инструкции
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнять комплекс упражнений на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища	Совместно с родителем выполняют комплекс упражнений на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища	Самостоятельно выполняют комплекс упражнений на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища

5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 22

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	3		
Материально-техническое обеспечение	Мячи, конусы		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Дыхание во время ходьбы и бега.		
Цель	Развитие навыков правильного дыхания во время ходьбы.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать навык правильного дыхания во время ходьбы.Коррекционно- развивающие: развивать силу, ловкость, выносливость, координационных способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать организованность, трудолюбие, культуру движения.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	

2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют построение в круг с помощью учителя	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют построение в круг и комплекс утренней зарядки по инструкции учителя
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение тренировочных упражнений на дыхание во время ходьбы, бега, проговаривание звуков на выдохе.2.Подвижная игра на внимание	1.Выполняют корригирующие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя.2.Участвуют в игре по инструкции учителя	1. Выполняют корригирующие упражнения без предметов после показа учителя.2.Играют в подвижную игру после инструкции
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнять комплекс упражнений на дыхание во время ходьбы, бега, проговаривание звуков на выдохе	Совместно с родителем выполняют комплекс упражнений на дыхание во время ходьбы, бега, проговаривание звуков на выдохе	Самостоятельно выполняют комплекс упражнений на дыхание во время ходьбы, бега, проговаривание звуков на выдохе
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 23

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3
Материально-техническое обеспечение	Гимнастические палки, мячи
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Упражнения с гимнастическими палками

Цель	Создание условий для укрепления здоровья обучающихся, осанки при упражнений с гимнастическими палками.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать навык выполнения упражнений с гимнастическими палками .Коррекционно-развивающие: развивать ловкость и координацию при помощи подвижных игр с гимнастическими палками, физических способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать любовь и интерес к спорту .		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют построение в круг с помощью учителя	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют построение в круг и комплекс утренней зарядки по инструкции учителя
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение комплекса упражнений с гимнастической палкой.2.Подвижная игра с бросками и ловлей	1.Выполняют упражнения с предметом, ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся 2 группы).2.Участвуют в игре по инструкции учителя	1. Выполняют упражнения с предметом, ориентируясь на образец выполнения учителем. 2.Осваивают и используют игровые умения
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнять комплекс упражнений на дыхание во время ходьбы, бега, проговаривание звуков на выдохе	Совместно с родителем выполняют комплекс упражнений на дыхание во время ходьбы, бега, проговаривание звуков на выдохе	Самостоятельно выполняют комплекс упражнений на дыхание во время ходьбы, бега, проговаривание звуков на выдохе

5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 24

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	3		
Материально-техническое обеспечение	Гимнастические скамейка, мячи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Ползание на четвереньках в медленном темпе по горизонтальной гимнастической скамейке.		
Цель	Формирование навыка ползания на четвереньках в медленном темпе по горизонтальной гимнастической скамейке.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: разучить технику ползанья по гимнастической скамейкеКоррекционно- развивающие: развивать ловкость и координацию при помощи подвижных игр, физических способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать любовь и интерес к спорту .		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	

	спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия		
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение упражнений на равновесие	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют упражнения в равновесии по показу учителя, по возможности	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют упражнения в равновесии по инструкции учителя
3. Включение изученного в систему знаний	1.Передвижение по гимнастической скамейке, приняв правильное положение упора.2.Подвижная игра с элементами лазания	1.Выполняют упражнения в ползании, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы.2.Осваивают и используют игровые умения	1. Выполняют упражнения в ползании после инструкции учителя.2.Осваивают и используют игровые умения
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в ползание на четвереньках в медленном темпе	Совместно с родителем упражняются в ползание на четвереньках в медленном темпе	Самостоятельно выполняют упражняются в ползание на четвереньках в медленном темпе
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 25

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3
Материально-техническое обеспечение	Гимнастические скамейка, мячи
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)

Тема	Упражнения на формирования правильной осанки.		
Цель	Формирование умения держать правильную осанку.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: учить контролировать осанку, выполнять упражнения для формирования правильной осанки.Коррекционно- развивающие: корректировать нарушения в движениях (закрепощенность, неточность, несогласованность рук и ног), нарушения осанки, сутулость, движение по прямой линии.Коррекционно- воспитательные: воспитывать уважение к установленным правилам, умение точно соблюдать их.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение упражнений на равновесие	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют упражнения в равновесии по показу учителя, по возможности	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют упражнения в равновесии по инструкции учителя
3. Включение изученного в систему знаний	1.Беседа о правильной осанке. 2.Выполнение упражнений, направленные на формирования навыка правильной осанки. 3.Выполнение различных видов ходьбы с изменением положений рук, ходьбы по гимнастической скамейке, перешагивание через предметы.4.Эстафеты с мячом	1.Получают элементарные теоретические сведения о правильной осанке, зрительно воспринимают и оценивают образец удержания правильной осанки. 2.Выполняют практические задания с заданными параметрами (демонстрируют правильную осанку, подбирают ответы на вопрос по предоставленным карточкам) с помощью педагога.3.Выполняют упражнения для	1.Получают элементарные теоретические сведения о правильной осанке, зрительно воспринимают и оценивают образец удержания правильной осанки.2.Выполняют практические задания с заданными параметрами (демонстрируют правильную осанку, упражнения на формирования правильной осанки). 3.Выполняют упражнения для расслабления мышц по

		расслабления мышц, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. 4.Участвуют в соревновательной деятельности	показу и инструкции учителя. 4.Участвуют в соревновательной деятельности
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнять упражнения на формирование правильной осанки	Совместно с родителем выполняют упражнения на формирование правильной осанки	Самостоятельно выполняют выполняют упражнения на формирование правильной осанки
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 26

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3
Материально-техническое обеспечение	Мячи, гимнастические палки, музыка для физкультминутки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Ходьба с предметом на голове, сохраняя правильную осанку
Цель	Освоение ходьбы с предметом на голове, сохраняя правильную осанку.
Задачи	Коррекционно- образовательные: осваивать ходьбу с предметами на голове, сохраняя правильную осанкуКоррекционно- развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, правильной осанки.Коррекционно- воспитательные: воспитывать умение обучающихся взаимодействовать со сверстниками в игровой деятельности.

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполнение упражнений на формирование правильной осанки	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют упражнения на формирование правильной осанки по показу учителя, по возможности	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют упражнения на формирование правильной осанки по инструкции учителя
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение упражнений с гимнастической палкой.2. Удержание в ходьбе предмета на голове, сохраняя правильную осанку.	1. Выполняют упражнения с предметом меньшее количество повторений.2. Выполняют ходьбу с предметом на голове, сохраняя правильную осанку по прямому указанию учителя.	1. Выполняют упражнения с предметом по инструкции учителя.2. Выполняют ходьбу с предметом на голове, сохраняя правильную осанку.
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений в ходьбе предмета на голове, сохраняя правильную осанку	Совместно с родителем упражняться в ходьбе предмета на голове, сохраняя правильную осанку	Самостоятельно упражняться в ходьбе предмета на голове, сохраняя правильную осанку
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 27

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	3		
Материально-техническое обеспечение	Мячи, гимнастические скамейки, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Упражнения для развития пространственно- дифференцировки		
Цель	Освоение упражнений для развития пространственно- дифференцировки.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: осваивать упражнения для развития пространственно- дифференцировки.Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств.Коррекционно- воспитательные: воспитывать умение обучающихся взаимодействовать со сверстниками в игровой деятельности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполнение развивающих упражнений	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют развивающие упражнений по показу учителя, по возможности	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют развивающие упражнения по инструкции учителя

3. Включение изученного в систему знаний	1. Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения, выполнение ходы и бега между различными ориентирами, прохождение по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам2. Коррекционная подвижная игра	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений с помощью учителя, по возможности.2. Участвуют в игре по инструкции учителя	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений по показу учителя.2. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений для развития пространственно- дифференцировки	Совместно с родителем выполняют упражнения для развития пространственно- дифференцировки	Самостоятельно выполняют упражнения для развития пространственно-дифференцировки
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 28

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3
Материально-техническое обеспечение	Гимнастические скамейки, музыка для физкультминутки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Упражнения для развития точности движений
Цель	Освоение упражнений для развития точности движений.
Задачи	Коррекционно- образовательные: осваивать упражнения для развития точности движений.Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, точности движений.Коррекционно- воспитательные: воспитывать умение обучающихся взаимодействовать со сверстниками в игровой деятельности.

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполнение упражнений на равновесие	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют упражнений на равновесие по показу учителя, по возможности	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют упражнения на равновесие по инструкции учителя
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение ходьбы по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам.2. Подвижная игра с бегом	1. Выполняют по показу учителя упражнения для развития точности движений и равновесия, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы.2. Участвуют в игре по инструкции учителя	1. Выполняют упражнения для развития точности движений и равновесия, ориентируясь на образец выполнения учителем.2. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений для развития точности движений	Совместно с родителем выполняют упражнения для развития точности движений	Самостоятельно выполняют упражнения для развития точности движений
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 29

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	3		
Материально-техническое обеспечение	Гимнастические скамейки, обручи, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Упражнения с обручем		
Цель	Освоение упражнений с обручем.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: осваивать упражнения с обручем.Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, точности движений.Коррекционно- воспитательные: воспитывать умение обучающихся взаимодействовать со сверстниками в игровой деятельности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения, выполнение ходы и бега между различными ориентирами.2. Выполнение упражнений на равновесие	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений с помощью учителя, по возможности.2. Выполняют упражнений на	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений по показуучителя.2. Выполняют

		равновесие по показу учителя, по возможности	упражнения на равновесие по инструкции учителя
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение ходьбы по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам.2. Выполнение упражнений с предметом: удержание обруча двумя руками, перекладывание из одной руки в другую, выполнение различных исходных положений с обручем в руках, наклоны, приседания, прыжки, переступание.3.Подвижная игра с бегом	1. Выполняют по показу учителя упражнения для развития точности движений и равновесия, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы.2. Выполняют упражнения с предметами после неоднократного показа по прямому указанию учителя.3.Участвуют в игре по инструкции учителя	1. Выполняют упражнения для развития точности движений и равновесия, ориентируясь на образец выполнения учителем.2. Выполняют упражнения с предметами после показа учителем.3.Играют в подвижную игру после инструкции учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений с обручем	Совместно с родителем выполняют упражнения с обручем	Самостоятельно выполняют упражнения с обручем
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 30

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3
Материально-техническое обеспечение	Гимнастические скамейки, музыка для физкультминутки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)

Тема	Ходьба по гимнастической скамейке парами		
Цель	Освоение ходьбы по гимнастической скамейке парами.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: осваивать ходьбу по гимнастической скамейке парами.Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, точности движений.Коррекционно- воспитательные: воспитывать умение обучающихся взаимодействовать со сверстниками в игровой деятельности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения, выполнение ходы и бега между различными ориентирами.2. Выполнение упражнений для развития мышц кистей рук и пальцев	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений с помощью учителя, по возможности.2. Выполняют упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев по показу учителя	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формированияпространственных представлений по показу учителя.2. Выполняют упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев по показу учителя
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение ходьбы по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам.2. Выполнение ходьбы по гимнастической скамейке парами управление равновесием, взаимодействие слаженно.3.Подвижная игра с бегом	1. Выполняют по показу учителя упражнения для развития точности движений и равновесия, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы.2. Выполняют упражнения на равновесие по возможности.3.Участвуют в игре по инструкции учителя	1. Выполняют упражнения для развития точности движений и равновесия, ориентируясь на образец выполнения учителем.2. Выполняют упражнения на равновесие по показу учителя.3.Играют в подвижную игру после инструкции учителя

4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений для развития мышц кистей рук и пальцев	Совместно с родителем выполняют упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев	Самостоятельно выполняют упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 31

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	3		
Материально-техническое обеспечение	Гимнастические скамейки, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Ходьба по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам		
Цель	Освоение ходьбы по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: осваивать ходьбу по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам.Коррекционно-развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, точности движений.Коррекционно-воспитательные: воспитывать умение обучающихся взаимодействовать со сверстниками в игровой деятельности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения, выполнение ходы и бега между различными ориентирами.2. Выполнение упражнений для развития мышц кистей рук и пальцев	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений с помощью учителя, по возможности.2. Выполняют упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев по показу учителя	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формированияпространственных представлений по показу учителя.2. Выполняют упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев по показу учителя
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение упражнений, сохраняя равновесие и преодолевая препятствия.2.Подвижная игра с бегом	1. Выполняют упражнения на равновесие, преодолевают препятствия с помощью учителя.2. Участвуют в игре по инструкции учителя	1. Выполняют упражнения на равновесие, преодолевают препятствия по инструкции учителя.2.Играют в подвижную игру после инструкции учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений для развития мышц кистей рук и пальцев	Совместно с родителем выполняют упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев	Самостоятельно выполняют упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 32

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3

Материально-техническое обеспечение	Гимнастические скамейки, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Расхождение вдвоем поворотом при встрече на гимнастической скамейке		
Цель	Освоение расхождения вдвоем поворотом при встрече на гимнастической скамейке.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: осваивать расхождение вдвоем поворотом при встрече на гимнастической скамейке.Коррекционно-развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, точности движений.Коррекционно-воспитательные: воспитывать умение обучающихся взаимодействовать со сверстниками в игровой деятельности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения, выполнение ходы и бега между различными ориентирами.2. Выполнение упражнений для развития мышц кистей рук и пальцев	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений с помощью учителя, по возможности.2. Выполняют упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев по показу учителя	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формированияпространственных представлений по показу учителя.2. Выполняют упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев по показу учителя

3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение упражнений, сохраняя равновесие при выполнении упражнения на гимнастической скамейке2.Подвижная игра	1. Выполняют упражнения на равновесие после неоднократного показа по прямому указанию учителя.2. Участвуют в игровых заданиях (в паре)	1. Выполняют упражнения на равновесие после показа учителем.2. Участвуют в соревновательной деятельности
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений для развития мышц кистей рук и пальцев	Совместно с родителем выполняют упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев	Самостоятельно выполняют упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 33

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3
Материально-техническое обеспечение	Гимнастические скамейки, мяч, музыка для физкультминутки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Ходьба по гимнастической скамейке прямо, правым, левым боком с различными положениями рук, с мячом в руках, бросанием и ловлей мяча
Цель	Освоение ходьбы по гимнастической скамейке прямо, правым, левым боком с различными положениями рук, с мячом в руках, бросанием и ловлей мяча
Задачи	Коррекционно- образовательные: осваивать ходьбу по гимнастической скамейке прямо, правым, левым боком с различными положениями рук, с мячом в руках, бросанием и ловлей мяча.Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития

	физических качеств, точности движений.Коррекционно- воспитательные: воспитывать умение обучающихся взаимодействовать со сверстниками в игровой деятельности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения, выполнение ходы и бега между различными ориентирами.2. Выполнение комплекса упражнений для утренней зарядки	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений с помощью учителя, по возможности.2. Выполняют комплекс меньшее количество повторений	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формированияпространственных представлений по показу учителя.2. Выполняют комплекс упражнений по показу учителя
3. Включение изученного в систему знаний	1. Сохранение равновесия на ограниченной поверхности, выполняя передвижения, двигательные действия с мячом.2.Подвижная игра	1. Выполняют ходьбу по гимнастической скамейке прямо, правым, левым боком с различными положениями рук после неоднократного показа по прямому указанию учителя.2. Участвуют в игровых заданиях (в паре)	1. Выполняют ходьбу по гимнастической скамейке прямо, правым, левым боком с различными положениями рук самостоятельно.2. Участвуют в соревновательной деятельности
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение комплекса упражнений	Совместно с родителем выполняют комплекс упражнений	Самостоятельно выполняют комплекс упражнений
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 34

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	3		
Материально-техническое обеспечение	Гимнастические скакалка, ленточки, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Комплекс упражнений с гимнастической скакалкой		
Цель	Освоение упражнений с гимнастической скакалкой		
Задачи	Коррекционно- образовательные: осваивать упражнения с гимнастической скакалкой.Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, точности движений.Коррекционно- воспитательные: воспитывать умение обучающихся взаимодействовать со сверстниками в игровой деятельности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения, выполнение ходы и бега между различными ориентирами.2. Выполнение общеразвивающих упражнений в колонне по одному в движении	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений с помощью учителя, по возможности.2. Выполняют упражнения в движении наименьшее количество раз	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственныхпредставлений по показу учителя.2. Выполняют упражнения в движении по показу учителя
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение ходьбы с прыжками, доставая рукой ленточки.2. Выполнение упражнений со скакалкой: удержание, складывание, завязывание скакалки.3.Выполнение прыжков через скакалку	1. Выполняют ходьбу по указанию учителя.2. Выполняют корригирующие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя. 3.Выполняют доступные упражнения со скакалкой	1. Выполняют ходьбу по указанию учителя.2. Выполняют корригирующие упражнения с предметом после показа учителя.3.Выполняют упражнения со скакалкой
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение прыжков через скакалку	Совместно с родителем выполняют прыжки через скакалку	Самостоятельно выполняют прыжки через скакалку
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 35

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3
Материально-техническое обеспечение	Канат, малые мячи, музыка для физкультминутки

Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Упражнения для формирования правильной осанки		
Цель	Освоение упражнений для формирования правильной осанки		
Задачи	Коррекционно- образовательные: осваивать упражнения для формирования правильной осанки.Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, точности движений.Коррекционно- воспитательные: воспитывать умение обучающихся взаимодействовать со сверстниками в игровой деятельности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения, выполнение ходы и бега между различными ориентирами.2. Выполнение общеразвивающих упражнений с малыми мячами	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений с помощью учителя, повозможности.2. Выполняют упражнения с малыми мячами наименьшее количество раз	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственныхпредставлений по показу учителя.2. Выполняют упражнения с малыми мячами после показа учителем
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение ходьбы по канату.2. Выполнение ходьбы с различными положениями рук за учителем и за направляющим, сохраняя правильную осанку.3. Подвижная игра с бегом	1. Выполняют ходьбу по канату после указания учителя.2. Выполняют упражнения на формирование правильной осанки, ориентируясь на образец выполнения учителем (или на образец правильного выполнения обучающихся	1. Выполняют ходьбу по канату.2. Выполняют корригирующие упражнения после показа учителем.3. Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя

		2 группы).3. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений для формирования правильной осанки	Совместно с родителем выполняют упражнения для формирования правильной осанки	Самостоятельно выполняют формирования правильной осанки
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 36

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3
Материально-техническое обеспечение	Малые мячи, музыка для физкультминутки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Упражнения с малыми мячами
Цель	Освоение упражнений с малыми мячами.
Задачи	Коррекционно- образовательные: осваивать упражнения с малыми мячами.Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, точности движений.Коррекционно- воспитательные: воспитывать умение обучающихся взаимодействовать со сверстниками в игровой деятельности.
Этапы урока	Содержание деятельности

	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения, выполнение ходы и бега между различными ориентирами.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений с помощью учителя, по возможности.2. Выполняют упражнения наименьшее количество раз	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формированияпространственных представлений по показу учителя.2. Выполняют упражнения после показа учителем
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение бега в чередовании с ходьбой.2.Выполнение упражнений с малыми мячами: перекладывание, подбрасывание, перебрасывание мяча, бросание в пол, в стену и ловля его.3.Подвижная игра с элементами общеразвивающих упражнений	1.Выполняют бег в чередовании с ходьбой под контролем учителя. 2.Выполняют упражнения с малыми мячами по прямому указанию учителя.3.Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	1.Выполняют бег в чередовании с ходьбой.2.Выполняют упражнения с малыми мячами, ориентируясь на образец выполнения учителем.3.Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение бега в чередовании с ходьбой	Совместно с родителем выполняют бег в чередовании с ходьбой	Самостоятельно выполняют бег в чередовании с ходьбой
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 37

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	3		
Материально-техническое обеспечение	Малые мячи, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Стойка на одной ноге, другая согнута вперед, руки в различных исходных положениях		
Цель	Освоение стойки на одной ноге, другая согнута вперед, руки в различных исходных положениях.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: осваивать стойку на одной ноге, другая согнута вперед, руки в различных исходных положениях.Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, точности движений.Коррекционно- воспитательные: воспитывать умение обучающихся взаимодействовать со сверстниками в игровой деятельности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения, выполнение ходы и бега между различными ориентирами.2.	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений с помощью учителя, по возможности.2. Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формированияпространственных представлений по показу учителя.2. Выполняют построение в шеренгу, в

	Выполнение построений в шеренгу, в колонну по одному	пространственных опор - ориентиров для выполнения построений и перестроений	колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно- пространственные опоры
3. Включение изученного в систему знаний	1. Освоение бега в медленном темпе, чередование ходьбы и бега. 2.Выполнение упражнений на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища. 3.Удержание равновесия во время выполнения упражнения. 4.Коррекционная игра на развитие точности движений	1.Выполняют бег и ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы.2.Выполняют основные положения и движения рук, ног, головы, туловища с наименьшим количеством раз.3.Выполняют упражнения на равновесие с помощью учителя.4.Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	1. Выполняют упражнения на основные положения и движения рук, ног, головы, туловища.2.Чередуют ходьбу с бегом, сохраняя темп, дистанцию во время движения, удерживая правильную осанку во время ходьбы.3.Выполняют упражнения на равновесие по показу учителя.4. Играют в подвижную игру после инструкции
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение развивающих упражнений	Совместно с родителем выполняют развивающие упражнения	Самостоятельно выполняют развивающие упражнения
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 38

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3
Материально-техническое обеспечение	Большие мячи, музыка для физкультминутки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)

Тема	Упражнения с большим мячом		
Цель	Освоение упражнений с большим мячом.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: осваивать упражнения с большим мячом.Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, точности движений.Коррекционно- воспитательные: воспитывать умение обучающихся взаимодействовать со сверстниками в игровой деятельности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения, выполнение ходы и бега между различными ориентирами.2. Выполнение построений в шеренгу, в колонну по одному	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений с помощью учителя, по возможности.2. Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор - ориентиров для выполнения построений и перестроений	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственныхпредставлений по показу учителя.2. Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно- пространственные опоры
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение бега в чередовании с ходьбой.2.Выполнение упражнений с большим мячом: перекладывание, подбрасывание, перебрасывание мяча, бросание в пол, в стену и ловля его.3.Подвижная игра с прыжками	1.Выполняют бег в чередовании с ходьбой под контролем учителя.2.Выполняют упражнения с большим мячом по прямому указанию учителя.3.Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	1.Выполняют бег в чередовании с ходьбой.2.Выполняют упражнения с большим мячом, ориентируясь на образец выполнения учителем.3.Играют в подвижную игру по показу и инструкции учителя

4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение бега в чередовании с ходьбой	Совместно с родителем выполняют бег в чередовании с ходьбой	Самостоятельно выполняют бег в чередовании с ходьбой
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 39

<table>
<tr><td>Предмет</td><td colspan="3">Адаптивная физическая культура</td></tr>
<tr><td>Класс</td><td colspan="3">3</td></tr>
<tr><td>Материально-техническое обеспечение</td><td colspan="3">Гимнастическая стенка, музыка для физкультминутки</td></tr>
<tr><td>Тип урока</td><td colspan="3">Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)</td></tr>
<tr><td>Тема</td><td colspan="3">Лазание вверх, вниз по гимнастической стенке, не пропуская реек</td></tr>
<tr><td>Цель</td><td colspan="3">Повторение основ техники лазанья по гимнастической стенке вверх, вниз по гимнастической стенке, не пропуская реек.</td></tr>
<tr><td>Задачи</td><td colspan="3">Коррекционно- образовательные: повторить основы техники лазанья по гимнастической стенке вверх, вниз по гимнастической стенке, не пропуская реек.Коррекционно- развивающие: совершенствовать чувство ориентации в пространстве.Коррекционно- воспитательные: воспитывать чувство коллективизма.</td></tr>
<tr><td rowspan="3">Этапы урока</td><td colspan="3">Содержание деятельности</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Деятельность учителя</td><td colspan="2">Деятельность обучающихся</td></tr>
<tr><td>Минимальный уровень</td><td>Достаточный уровень</td></tr>
</table>

1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения, выполнение ходы и бега между различными ориентирами.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений с помощью учителя, по возможности.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формированияпространственных представлений по показуучителя.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение ходьбы в различном темпе, освоение разновидностей ходьбы.2. Выполнение правильного захвата рейки руками и правильной постановки стопы на гимнастическую стенку.3.Подвижная игра с прыжками	1. Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы.2. Выполняют лазанье (с помощью учителя, по возможности самостоятельно) по прямому указанию учителя.3. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	1. Осваивают и выполняют ходьбу по прямой линии на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы с сохранением равновесия на ограниченной поверхности.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения.3. Осваивают и используют игровые умения
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ходьбы в различном темпе	Совместно с родителем выполняют ходьбу в различном темпе	Самостоятельно выполняют ходьбу в различном темпе
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 40

Предмет	Адаптивная физическая культура

Класс	3		
Материально-техническое обеспечение	Гимнастическая стенка, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Лазание вверх, вниз по гимнастической стенке, не пропуская реек		
Цель	Повторение основ техники лазанья по гимнастической стенке вверх, вниз по гимнастической стенке, не пропуская реек.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить основы техники лазанья по гимнастической стенке вверх, вниз по гимнастической стенке, не пропуская реек.Коррекционно- развивающие: совершенствовать чувство ориентации в пространстве.Коррекционно- воспитательные: воспитывать чувство коллективизма.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения, выполнение ходы и бега между различными ориентирами.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений с помощью учителя, по возможности.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений по показуучителя.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения

3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение ходьбы в различном темпе, освоение разновидностей ходьбы.2. Выполнение правильного захвата рейки руками и правильной постановки стопы на гимнастическую стенку.3.Подвижная игра с прыжками	1. Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы.2. Выполняют лазанье (с помощью учителя, по возможности самостоятельно) по прямому указанию учителя.3. Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	1. Осваивают и выполняют ходьбу по прямой линии на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы с сохранением равновесия на ограниченной поверхности.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения.3. Осваивают и используют игровые умения
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ходьбы в различном темпе	Совместно с родителем выполняют ходьбу в различном темпе	Самостоятельно выполняют ходьбу в различном темпе
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 41

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3
Материально-техническое обеспечение	Мультимедийная презентация
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Правила ТБ на занятиях подвижными играми. Корригирующие игры: «Салки», «Мишка на льдине»
Цель	Повторение ТБ на занятиях подвижными играми.

Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить ТБ на занятиях подвижными играми.Коррекционно- развивающие: закрепить навык выполнения низкого старта, технику стартового разгона и финиширования, развивать скоростно- силовые качестваКоррекционно-воспитательные: воспитать культуру общения, повысить интерес обучающихся к занятиям.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Беседа о правилах поведения на занятиях подвижными играми	Слушают инструктаж, отвечают на вопросы односложно (да/нет) и зрительно воспринимают образец поведения на уроках физической культуры (техника безопасности)	Слушают инструктаж, отвечают на вопросы односложно (да/нет) и зрительно воспринимают образец поведения на уроках физической культуры (техника безопасности)
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение ходьбы со сменой положения рук.2.Выполнение упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп.3.Выполнение игровых упражнений в беге в различных направлениях, на скорость не наталкиваясь друг на друга, действуя по сигналу и согласно правилам игры	1.Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя.2.Выполняют упражнения наименьшее количество раз.3. Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя)	1. Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя.2.Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя. 3.Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ходьбы со сменой положения рук	Совместно с родителем выполняют ходьбу со сменой положения рук	Самостоятельно выполняют ходьбу со сменой положения рук

5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 42

<table>
<tr><td>Предмет</td><td colspan="3">Адаптивная физическая культура</td></tr>
<tr><td>Класс</td><td colspan="3">3</td></tr>
<tr><td>Материально-техническое обеспечение</td><td colspan="3">Скакалка, мяч</td></tr>
<tr><td>Тип урока</td><td colspan="3">Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)</td></tr>
<tr><td>Тема</td><td colspan="3">Корригирующие игры: «Салки», «Мишка на льдине»</td></tr>
<tr><td>Цель</td><td colspan="3">Выполнение игровых действий.</td></tr>
<tr><td>Задачи</td><td colspan="3">Коррекционно- образовательные: выполнять игровые действия.Коррекционно- развивающие: закрепить навык выполнения низкого старта, технику стартового разгона и финиширования, развивать скоростно- силовые качестваКоррекционно- воспитательные: воспитать культуру общения, повысить интерес обучающихся к занятиям.</td></tr>
<tr><td rowspan="3">Этапы урока</td><td colspan="3">Содержание деятельности</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Деятельность учителя</td><td colspan="2">Деятельность обучающихся</td></tr>
<tr><td>Минимальный уровень</td><td>Достаточный уровень</td></tr>
<tr><td>1. Организационный этап</td><td>Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной</td><td colspan="2">Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя</td></tr>
</table>

	формы и обуви, освобожденных от занятия		
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения, выполнение ходы и бега между различными ориентирами.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений с помощью учителя, по возможности.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формированияпространственных представлений по показу учителя.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение ходьбы со сменой положения рук.2.Выполнение упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп.3.Выполнение игровых упражнений в беге в различных направлениях, на скорость не наталкиваясь друг на друга, действуя по сигналу и согласно правилам игры	1.Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя.2.Выполняют упражнения наименьшее количество раз.3. Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя)	1. Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя.2.Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя. 3.Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ходьбы со сменой положения рук	Совместно с родителем выполняют ходьбу со сменой положения рук	Самостоятельно выполняют ходьбу со сменой положения рук
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 43

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3

Материально-техническое обеспечение	Скакалка, мяч, мультимедийная презентация		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Коррекционные игры: «Воздушный шар», «Повтори движение»		
Цель	Выполнение игровых действий.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: выполнять игровые действия.Коррекционно- развивающие: развивать физические качества личности: быстроту, силу, выносливость, гибкость.Коррекционно- воспитательные: воспитывать у детей умение играть дружно, согласовывая свои действия с действиями других.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения, выполнение ходы и бега между различными ориентирами.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений с помощью учителя, по возможности.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формированияпространственных представлений по показуучителя.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения

3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение упражнений со скакалкой.2.Бросание и ловля мяча из разных положений, двумя руками, правой и левой рукой.3.Выполнение прыжков через скакалку на двух ногах	1.Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя.2.Выполняют упражнения наименьшее количество раз.3. Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя)	1. Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя.2.Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя. 3.Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнения со скакалкой	Совместно с родителем выполняют упражнения со скакалкой	Самостоятельно выполняют упражнения со скакалкой
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 44

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3
Материально-техническое обеспечение	Флажки, мяч, мультимедийная презентация
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Подвижные игры с бегом: «Пустое место»
Цель	Выполнение игровых действий.

Задачи	Коррекционно- образовательные: выполнять игровые действия.Коррекционно- развивающие: развивать физические качества личности: быстроту, силу, выносливость, гибкость.Коррекционно- воспитательные: воспитывать у детей умение играть дружно, согласовывая свои действия с действиями других.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения, выполнение ходы и бега между различными ориентирами.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений с помощью учителя, по возможности.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формированияпространственных представлений по показу учителя.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение различных видов ходьбы в колонне.2.Выполнение общеразвивающих упражнений с флажками.3.Выполнение прыжка в высоту4.Подвижная игра с бегом на скорость	1.Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем своде стопы.2.Выполняют 5-6 упражнений с флажками.3.Выполняют прыжки после инструкции и неоднократногопоказа учителем (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий). 4.Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	1. Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы.2.Выполняют комплекс упражнений с флажками. 3.Выполняют прыжки после инструкции и показа учителя. 4.Играют в подвижную игрупосле инструкции и показа учителя

4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение различных видов ходьбы	Совместно с родителем выполняют различные виды ходьбы	Самостоятельно выполняют различные виды ходьбы
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 45

<table>
<tr><td>Предмет</td><td colspan="3">Адаптивная физическая культура</td></tr>
<tr><td>Класс</td><td colspan="3">3</td></tr>
<tr><td>Материально-техническое обеспечение</td><td colspan="3">Мультимедийная презентация</td></tr>
<tr><td>Тип урока</td><td colspan="3">Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)</td></tr>
<tr><td>Тема</td><td colspan="3">Техника безопасности и правила поведения на лыжне</td></tr>
<tr><td>Цель</td><td colspan="3">Повторение ТБ и правила поведения на лыжне.</td></tr>
<tr><td>Задачи</td><td colspan="3">Коррекционно- образовательные: повторить ТБ и правила поведения на лыжне.Коррекционно- развивающие: закрепить навык выполнения низкого старта, технику стартового разгона и финиширования, развивать скоростно- силовые качестваКоррекционно-воспитательные: воспитать культуру общения, повысить интерес обучающихся к занятиям.</td></tr>
<tr><td rowspan="3">Этапы урока</td><td colspan="3">Содержание деятельности</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Деятельность учителя</td><td colspan="2">Деятельность обучающихся</td></tr>
<tr><td>Минимальный уровень</td><td>Достаточный уровень</td></tr>
</table>

1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Беседа о правилах обращения с лыжным инвентарем и технике безопасности на занятиях лыжным спортом	Слушают правила поведения на уроках лыжной подготовки, информацию о предупреждении травм и обморожений с опорой на наглядность (презентации, картинки, карточки), участвуют в беседе и отвечают на вопросы учителя с опорой на визуальный план	Слушают правила поведения на уроках лыжной подготовки, информацию о предупреждении травм и обморожений с опорой на наглядность (презентации, картинки, карточки), участвуют в беседе и отвечают на вопросы учителя
3. Включение изученного в систему знаний	1.Тренировочные упражнения в подготовке к занятию, выбор лыж и палок	1. Готовятся к занятию, выбирают лыжи и палки с помощью учителя	1. Готовятся к занятию, выбирают лыжи и палки
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторение ТБ и правила поведения на лыжне	Совместно с родителем повторяют ТБ и правила поведения на лыжне	Самостоятельно повторяют ТБ и правила поведения на лыжне
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 46

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3
Материально-техническое обеспечение	Мультимедийная презентация, лыжные палки, лыжи

Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Совершенствование техники выполнения строевых команд и приемов		
Цель	Освоение техники правильного выполнения строевых упражнений		
Задачи	Коррекционно- образовательные: осваивать технику правильного выполнения строевых упражнений.Коррекционно- развивающие: закрепить навык выполнения низкого старта, технику стартового разгона и финиширования, развивать скоростно- силовые качестваКоррекционно- воспитательные: воспитать культуру общения, повысить интерес обучающихся к занятиям.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения, выполнение ходы и бега между различными ориентирами.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений с помощью учителя, по возможности.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формированияпространственных представлений по показу учителя.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Тренировочные упражнения в подборе лыжного инвентаря и одежды к занятию.2.Выполнение строевые команд с лыжами и на лыжах, надевание и снимание лыж и палок	1. Готовятся к занятию, выбирают лыжи и палки с помощью учителя. 2.Выполняют строевые команды по сигналу учителя	1. Готовятся к занятию, выбирают лыжи и палки. 2.Выполняют строевые команды по сигналу учителя

4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение комплекса упражнений	Совместно с родителем выполняют комплекс упражнений	Самостоятельно выполняют комплекс упражнений
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 47

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	3		
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Совершенствование техники выполнения ступающего шага без палок и с палками		
Цель	ознакомление с техникой ступающего шага на лыжах без палок.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать умение движения на лыжах в колонне с соблюдением дистанции.Коррекционно-развивающие: развивать физические качества учащихся (силу, ловкость, выносливость, координацию движений).Коррекционно-воспитательные: воспитывать бережное обращение с инвентарем.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне.2.Тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря.3. Выполнение ступающего шага: перекрестная координация движений рук и ног, перенос тяжести тела с одной ноги на другую, правильное положение туловища и головы	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2.Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя3. Передвигаются на лыжах ступающим шагом	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2. Одевают лыжный инвентарь. 3.Передвигаются по лыжне ступающим шагом
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение тренировочных упражнений на одевании лыжного инвентаря	Совместно с родителем выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря	Самостоятельно выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 48

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3

Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Подготовка инвентаря для занятий лыжами		
Цель	формирование умения подготавливать инвентарь для занятий лыжами.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать умение подготавливать инвентарь для занятий лыжами.Коррекционно- развивающие: развивать физические качества учащихся (силу, ловкость, выносливость, координацию движений).Коррекционно- воспитательные: воспитывать бережное обращение с инвентарем.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Тренировочные упражнения в одевании и закреплении креплений.2.Передвижение с лыжами в колонну по одному с соблюдением техники	1. Одевают самостоятельно или с помощью педагога форму для занятий лыжной подготовкой, подбирают лыжи и палки с помощью учителя, передвигаются к месту занятий.2. Передвигаются с лыжами в	1. Самостоятельно готовятся к уроку физической культуры, подбирают лыжи и палки, передвигаются к месту занятий.2. Передвигаются с лыжами в колонну по одному с соблюдением техники

	безопасности.3.Передвижение ступающим шагом	колонну по одному с соблюдением техники безопасности с опорой на инструкцию учителя.3. Выполняют передвижение ступающим шагом с опорой на образец учителя	безопасности3.Выполняют передвижение ступающим шагом
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение тренировочных упражнений на одевании лыжного инвентаря	Совместно с родителем выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря	Самостоятельно выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 49

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Подготовка инвентаря для занятий лыжами
Цель	формирование умения подготавливать инвентарь для занятий лыжами.

Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать умение подготавливать инвентарь для занятий лыжами.Коррекционно- развивающие: развивать физические качества учащихся (силу, ловкость, выносливость, координацию движений).Коррекционно- воспитательные: воспитывать бережное обращение с инвентарем.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Тренировочные упражнения в одевании и закреплении креплений.2.Передвижение с лыжами в колонну по одному с соблюдением техники безопасности.3.Передвижение ступающим шагом	1. Одевают самостоятельно или с помощью педагога форму для занятий лыжной подготовкой, подбирают лыжи и палки с помощью учителя, передвигаются к месту занятий.2. Передвигаются с лыжами в колонну по одному с соблюдением техники безопасности с опорой на инструкцию учителя.3. Выполняют передвижение ступающим шагом с опорой на образец учителя	1. Самостоятельно готовятся к уроку физической культуры, подбирают лыжи и палки, передвигаются к месту занятий.2. Передвигаются с лыжами в колонну по одному с соблюдением техники безопасности3.Выполняют передвижение ступающим шагом
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение тренировочных упражнений на одевании лыжного инвентаря	Совместно с родителем выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря	Самостоятельно выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря

5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 50

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	3		
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Построение в шеренгу по одному с лыжами в руках		
Цель	совершенствование техники построение в шеренгу по одному с лыжами в руках.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику построение в шеренгу по одному с лыжами в руках.Коррекционно-развивающие: развивать координацию, равновесие, силу.Коррекционно- воспитательные: воспитывать трудолюбие, дисциплинированность, самостоятельность.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	

	спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия		
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1. Определение своего места в строю, построение в шеренгу, выполнение команд с лыжами в руках. 2.Передвижение ступающим шагом	1.Выполняют строевые действия с лыжами по сигналу учителя, передвигаются к месту занятий под контролем учителя.2. Передвигаются ступающим шагом по лыжне с опорой на образец	1.Выполняют строевые действия по сигналу учителя, передвигаются к месту занятий, соблюдая технику безопасности при передвижении в колонне с лыжами.2.Передвигаются ступающим шагом по лыжне
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение тренировочных упражнений ступающим шагом	Совместно с родителем выполняют тренировочные упражнения ступающим шагом	Самостоятельно выполняют тренировочные упражнения ступающим шагом
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 51

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3

Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Передвижение в колонне по одному с лыжами в руках		
Цель	формирование умения передвижения в колонне по одному с лыжами в руках.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать умение передвижения в колонне по одному с лыжами в руках.Коррекционно-развивающие: развивать физические качества (быстроту, выносливость) и координационные способности.Коррекционно- воспитательные: воспитывать сознательное отношение при выполнении упражнений.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение построений с лыжами в шеренгу.2.Передвижение с лыжами в колонну по одному с соблюдением техники	1.Выполняют строевые команды с лыжами.2.Передвигаются колонне по одному с лыжами в руках.3. Выполняют	1. Выполняют строевые команды с лыжами по сигналу учителя.2.Передвигаются колонне по одному с лыжами в руках.

	безопасности.3.Передвижение ступающим шагом	передвижение ступающим шагом с опорой на инструкцию	3.Выполняют передвижение ступающим шагом
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение построений с лыжами в шеренгу	Совместно с родителем выполняют строевые команды с лыжами	Самостоятельно выполняют строевые команды с лыжами
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 52

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Передвижение в колонне по одному с лыжами в руках
Цель	формирование умения передвижения в колонне по одному с лыжами в руках.
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать умение передвижения в колонне по одному с лыжами в руках.Коррекционно-развивающие: развивать физические качества (быстроту, выносливость) и координационные способности.Коррекционно- воспитательные: воспитывать сознательное отношение при выполнении упражнений.
Этапы урока	Содержание деятельности

	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение построений с лыжами в шеренгу.2.Передвижение с лыжами в колонну по одному с соблюдением техники безопасности.3.Передвижение ступающим шагом	1.Выполняют строевые команды с лыжами.2.Передвигаются колонне по одному с лыжами в руках.3. Выполняют передвижение ступающим шагом с опорой на инструкцию	1. Выполняют строевые команды с лыжами по сигналу учителя.2.Передвигаются колонне по одному с лыжами в руках. 3.Выполняют передвижение ступающим шагом
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение построений с лыжами в шеренгу	Совместно с родителем выполняют строевые команды с лыжами	Самостоятельно выполняют строевые команды с лыжами
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 53

Предмет	Адаптивная физическая культура

Класс	3		
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Передвижение в колонне по одному на лыжах без палок		
Цель	формирование умения передвижения в колонне по одному на лыжах без палок.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать умение передвижения в колонне по одному на лыжах без палок.Коррекционно-развивающие: развивать физические качества (быстроту, выносливость) и координационные способности.Коррекционно-воспитательные: воспитывать сознательное отношение при выполнении упражнений.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения

3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение построений с лыжами и передвижение к месту занятий. 2.Передвижение в колонне по одному без палок, сохраняя безопасную дистанцию	1.Выполняют строевые команды с лыжами и строевые действия на лыжах по образцу.2.Выполняют передвижение в колонне по одному на лыжах без палок наименьшее количество раз	1.Выполняют строевые команды с лыжами и строевые действия на лыжах.2.Выполняют передвижение в колонне по одному на лыжах без палок
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение построений с лыжами в шеренгу	Совместно с родителем выполняют строевые команды с лыжами	Самостоятельно выполняют строевые команды с лыжами
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 54

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Ходьба на лыжах ступающим шагом без палок по кругу друг за другом
Цель	формирование у обучающихся знаний, умений и правильного выполнения ходьбы на лыжах ступающим шагом без палок по кругу друг за другом.
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать у обучающихся знания, умения и правильного выполнения ходьбы на лыжах ступающим шагом без палок по кругу друг за другом.Коррекционно- развивающие: развивать физические качества (быстроту, выносливость) и

	координационные способности.Коррекционно- воспитательные: воспитывать самообладание, настойчивость, решительность, взаимопомощь.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Передвижение с лыжами в колонну по одному с соблюдением техники безопасности.2.Выполнение передвижений на лыжах ступающим шагом, сохраняя равновесии, правильно вставать после падения.3.Выполнение спуска с горы на лыжах и подъема ступающим шагом	1.Передвигаются колонне по одному с лыжами в руках. 2.Передвигаются на лыжах ступающим шагом3. Выполняют спуск с горы на лыжах и подъем ступающим шагом с опорой на показ учителя	1.Передвигаются колонне по одному с лыжами в руках.2.Передвигаются на лыжах ступающим, скользящим шагом.3.Выполняют спуск с горы на лыжах и подъем ступающим шагом
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение передвижений на лыжах ступающим шагом	Совместно с родителем передвигаются на лыжах ступающим шагом	Самостоятельно передвигаются на лыжах ступающим шагом
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 55

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	3		
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Ходьба на лыжах ступающим шагом без палок по кругу друг за другом		
Цель	формирование у обучающихся знаний, умений и правильного выполнения ходьбы на лыжах ступающим шагом без палок по кругу друг за другом.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать у обучающихся знания, умения и правильного выполнения ходьбы на лыжах ступающим шагом без палок по кругу друг за другом.Коррекционно- развивающие: развивать физические качества (быстроту, выносливость) и координационные способности.Коррекционно- воспитательные: воспитывать самообладание, настойчивость, решительность, взаимопомощь.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Передвижение с лыжами в колонну по одному с соблюдением техники безопасности.2.Выполнение передвижений на лыжах ступающим шагом, сохраняя равновесии, правильно вставать после падения.3.Выполнение спуска с горы на лыжах и подъема ступающим шагом	1.Передвигаются колонне по одному с лыжами в руках. 2.Передвигаются на лыжах ступающим шагом3. Выполняют спуск с горы на лыжах и подъем ступающим шагом с опорой на показ учителя	1.Передвигаются колонне по одному с лыжами в руках.2.Передвигаются на лыжах ступающим, скользящим шагом.3.Выполняют спуск с горы на лыжах и подъем ступающим шагом
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение передвижений на лыжах ступающим шагом	Совместно с родителем передвигаются на лыжах ступающим шагом	Самостоятельно передвигаются на лыжах ступающим шагом
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 56

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)

Тема	Ходьба на лыжах ступающим шагом без палок по кругу друг за другом		
Цель	формирование у обучающихся знаний, умений и правильного выполнения ходьбы на лыжах ступающим шагом без палок по кругу друг за другом.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать у обучающихся знания, умения и правильного выполнения ходьбы на лыжах ступающим шагом без палок по кругу друг за другом.Коррекционно- развивающие: развивать физические качества (быстроту, выносливость) и координационные способности.Коррекционно- воспитательные: воспитывать самообладание, настойчивость, решительность, взаимопомощь.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Передвижение с лыжами в колонну по одному с соблюдением техники безопасности.2.Выполнение передвижений на лыжах ступающим шагом, сохраняя равновесии, правильно вставать после падения.3.Выполнение спуска с горы на лыжах и подъема ступающим шагом	1.Передвигаются колонне по одному с лыжами в руках. 2.Передвигаются на лыжах ступающим шагом3. Выполняют спуск с горы на лыжах и подъем ступающим шагом с опорой на показ учителя	1.Передвигаются колонне по одному с лыжами в руках.2.Передвигаются на лыжах ступающим, скользящим шагом.3.Выполняют спуск с горы на лыжах и подъем ступающим шагом

4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение передвижений на лыжах ступающим шагом	Совместно с родителем передвигаются на лыжах ступающим шагом	Самостоятельно передвигаются на лыжах ступающим шагом
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 57

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Ходьба на лыжах ступающим шагом без палок по кругу друг за другом
Цель	формирование у обучающихся знаний, умений и правильного выполнения ходьбы на лыжах ступающим шагом без палок по кругу друг за другом.
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать у обучающихся знания, умения и правильного выполнения ходьбы на лыжах ступающим шагом без палок по кругу друг за другом.Коррекционно- развивающие: развивать физические качества (быстроту, выносливость) и координационные способности.Коррекционно- воспитательные: воспитывать самообладание, настойчивость, решительность, взаимопомощь.
Этапы урока	Содержание деятельности

	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Передвижение с лыжами в колонну по одному с соблюдением техники безопасности.2.Выполнение передвижений на лыжах ступающим шагом, сохраняя равновесии, правильно вставать после падения.3.Выполнение спуска с горы на лыжах и подъема ступающим шагом	1.Передвигаются колонне по одному с лыжами в руках. 2.Передвигаются на лыжах ступающим шагом3. Выполняют спуск с горы на лыжах и подъем ступающим шагом с опорой на показ учителя	1.Передвигаются колонне по одному с лыжами в руках.2.Передвигаются на лыжах ступающим, скользящим шагом.3.Выполняют спуск с горы на лыжах и подъем ступающим шагом
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение передвижений на лыжах ступающим шагом	Совместно с родителем передвигаются на лыжах ступающим шагом	Самостоятельно передвигаются на лыжах ступающим шагом
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 58

Предмет	Адаптивная физическая культура

Класс	3		
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Ходьба на лыжах ступающим шагом без палок по кругу друг за другом		
Цель	формирование у обучающихся знаний, умений и правильного выполнения ходьбы на лыжах ступающим шагом без палок по кругу друг за другом.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать у обучающихся знания, умения и правильного выполнения ходьбы на лыжах ступающим шагом без палок по кругу друг за другом.Коррекционно- развивающие: развивать физические качества (быстроту, выносливость) и координационные способности.Коррекционно- воспитательные: воспитывать самообладание, настойчивость, решительность, взаимопомощь.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения

3. Включение изученного в систему знаний	1.Передвижение с лыжами в колонну по одному с соблюдением техники безопасности.2.Выполнение передвижений на лыжах ступающим шагом, сохраняя равновесии, правильно вставать после падения.3.Выполнение спуска с горы на лыжах и подъема ступающим шагом	1.Передвигаются колонне по одному с лыжами в руках. 2.Передвигаются на лыжах ступающим шагом3. Выполняют спуск с горы на лыжах и подъем ступающим шагом с опорой на показ учителя	1.Передвигаются колонне по одному с лыжами в руках.2.Передвигаются на лыжах ступающим, скользящим шагом.3.Выполняют спуск с горы на лыжах и подъем ступающим шагом
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение передвижений на лыжах ступающим шагом	Совместно с родителем передвигаются на лыжах ступающим шагом	Самостоятельно передвигаются на лыжах ступающим шагом
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 59

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Прохождение отрезков на время от 200до 300 м
Цель	совершенствование техники изученных лыжных ходов.

Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать умение прохождения отрезков на время от 200до 300 м.Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств: координации, выносливости.Коррекционно- воспитательные: воспитывать самостоятельность и личную ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне.2.Одевание лыжного инвентаря. 3.Прохождение на лыжах отрезков на скорость	1.Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2.Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя. 3.Осваивают выполнение попеременного двухшажного хода (по возможности) после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий)	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. 2.Одевают лыжный инвентарь. 3.Выполняют попеременный двухшажный ход после инструкции и показа учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение тренировочных упражнений на одевании лыжного инвентаря	Совместно с родителем выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря	Самостоятельно выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря

5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 60

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	3		
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Прохождение на лыжах за урок от 0,5 до 0,6 км		
Цель	овладение навыками прохождения на лыжах за урок от 0,5 до 0,6 км.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: учить навыку прохождения на лыжах за урок от 0,5 до 0,6 кмКоррекционно- развивающие: развивать выносливость, координацию движений.Коррекционно- воспитательные: воспитывать интерес обучающихся к лыжному спорту, формировать привычку к здоровому образу жизни.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	

	формы и обуви, освобожденных от занятия		
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Переход на учебную лыжню в колонне по одному.2.Одевание лыжного инвентаря.3.Прохождение дистанции на лыжах за урок	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2.Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя. 3.Преодолевают дистанцию в произвольном темпе	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. 2.Одевают лыжный инвентарь. 3.Преодолевают дистанцию в быстром темпе
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в одевание лыжного инвентаря	Совместно с родителем: упражняются в одевание лыжного инвентаря	Самостоятельно выполняют упражняются в одевание лыжного инвентаря
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 61

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки

Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Прохождение на лыжах за урок от 0,5 до 0,6 км		
Цель	овладение навыками прохождения на лыжах за урок от 0,5 до 0,6 км.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: учить навыку прохождения на лыжах за урок от 0,5 до 0,6 кмКоррекционно- развивающие: развивать выносливость, координацию движений.Коррекционно- воспитательные: воспитывать интерес обучающихся к лыжному спорту, формировать привычку к здоровому образу жизни.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Переход на учебную лыжню в колонне по одному.2.Одевание лыжного инвентаря.3.Прохождение дистанции на лыжах за урок	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2.Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя. 3.Преодолевают дистанцию в произвольном темпе	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. 2.Одевают лыжный инвентарь. 3.Преодолевают дистанцию в быстром темпе

4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в одевание лыжного инвентаря	Совместно с родителем: упражняются в одевание лыжного инвентаря	Самостоятельно выполняют упражняются в одевание лыжного инвентаря
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 62

Предмет	Адаптивная физическая культура	
Класс	3	
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки	
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)	
Тема	Прохождение на лыжах за урок от 0,5 до 0,6 км	
Цель	овладение навыками прохождения на лыжах за урок от 0,5 до 0,6 км.	
Задачи	Коррекционно- образовательные: учить навыку прохождения на лыжах за урок от 0,5 до 0,6 кмКоррекционно- развивающие: развивать выносливость, координацию движений.Коррекционно- воспитательные: воспитывать интерес обучающихся к лыжному спорту, формировать привычку к здоровому образу жизни.	
Этапы урока	Содержание деятельности	
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся

		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Переход на учебную лыжню в колонне по одному.2.Одевание лыжного инвентаря.3.Прохождение дистанции на лыжах за урок	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2.Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя. 3.Преодолевают дистанцию в произвольном темпе	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. 2.Одевают лыжный инвентарь. 3.Преодолевают дистанцию в быстром темпе
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в одевание лыжного инвентаря	Совместно с родителем: упражняются в одевание лыжного инвентаря	Самостоятельно выполняют упражняются в одевание лыжного инвентаря
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3

Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Техника безопасности и правила поведения на подвижных играх		
Цель	формирование знаний о технике безопасности и правила поведения на подвижных играх.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать знания о технике безопасности и правила поведения на подвижных играх.Коррекционно-развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать интерес к предмету.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют общеразвивающие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют общеразвивающие упражнения.
3. Открытие «нового» знания	Беседа о правилах поведения ипредупреждения травматизмаво время занятий физическимиупражнениями	Отвечают на вопросы односложно	Отвечают на вопросы предложениями

4. Первичное закрепление материала	1.Выполнение комплекса упражнений для утренней зарядки.2.Подвижная игра с бегом и прыжками	1. Выполняют упражнения наименьшее количество раз. 2.Выполняют упражнения с мячом по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий и операций в последовательности их выполнения, под пооперационным (пошаговым) контролем учителя (при необходимости)	1. Выполняют комплекс упражнений по показу и инструкции учителя.2.Играют в подвижную игру после инструкции учителя
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение комплекса упражнений для утренней зарядки	Совместно с родителем выполняют упражнения	Самостоятельно выполняют комплекс упражнений
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок64

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3
Материально-техническое обеспечение	Презентация, музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Значение утренней гимнастики
Цель	формирование понятие «Утренняя гимнастика» и определить ее значение в жизни человека.
Задачи	Коррекционно- образовательные: познакомить обучающихся с понятием - утренняя гимнастика (зарядка).Коррекционно- развивающие: развивать познавательный интерес и активность обучающихся.Коррекционно- воспитательные: формировать коммуникативные умения (умения внимательно слушать учителя).

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Открытие «нового» знания	Беседа об основных видах и значение утренней гимнастики	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорных поощрений	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу
4. Первичное закрепление материала	1.Выполнение поворотов на месте налево и направо переступанием.2.Выполнение ритмичной ходьбы с сохранение заданного темпа ходьбы.3.Выполнение общеразвивающих упражнений типа зарядки. 4.Подвижная игра с бегом	1. Выполняют простые виды построений, осваивают на доступном уровне строевые действия в шеренге и колонне (с помощью учителя).2.Выполняют ходьбу с изменением скорости. 3.Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики) с помощью педагога.4.Участвуют в подвижной игре по инструкции и показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, колонну, осваивают действия в шеренге и колонне.2.Выполняют ходьбу с изменением скорости. 3.Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики).4.Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторение значения утренней гимнастики	Совместно с родителем повторяют значения утренней гимнастики	Самостоятельно повторяют правила значения утренней гимнастики

6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 65

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	3		
Материально-техническое обеспечение	Музыкальное сопровождение, волейбольные мячи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Игры с элементами общеразвивающих упражнений		
Цель	создание устойчивой мотивации на освоение игр с элементами общеразвивающих упражнений.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: учить навыку прохождения на лыжах за урок от 0,5 до 0,6 кмКоррекционно- развивающие: развивать ловкость, быстроту, координацию, укрепление здоровья.Коррекционно- воспитательные: воспитывать чувства коллективизма, соперничества, смелости.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение ходьбы с хлопками.2.Выполнение упражнений с волейбольным мячом.3.Подвижная игра на повторение движений педагога или ведущего, действие по сигналу, согласно правилам игры	1.Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем.2.Выполняют 3-4 упражнения с мячом.3.Осваивают и используют игровые умения	1.Выполняют ходьбу по показу учителя.2.Выполняют упражнения по инструкции учителя. 3.Осваивают и используют игровые умения
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ходьбы с хлопками	Совместно с родителем: выполняют ходьбу с хлопками	Самостоятельно выполняют ходьбу с хлопками
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 66

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3
Материально-техническое обеспечение	Мячи, музыкальное сопровождение

Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Игра с бросанием и ловлей мяча: «Бросить и поймать»		
Цель	обучение игре с элементами бросания и ловлей мяча: «Бросить и поймать».		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать навыки выполнения бросания и ловли мяча: «Бросить и поймать».Коррекционно-развивающие: развивать логическое мышление, наблюдательность, зрительную и слуховую память.Коррекционно- воспитательные: воспитывать положительные черты характера, дисциплинированное поведение, коллективизм, взаимовыручка, смелость, настойчивость в достижении цели.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение бега в чередовании с ходьбой в колонне по одному.2.Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений типа «зарядка».3.Подвижная игра в подбрасывании мяча, ловли его и быстром беге	1. Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. 2.Выполняют построение в круг с помощью учителя. 3.Участвуют в игре по инструкции	1.Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному.2.Выполняют построение в круг и комплекс утренней зарядки по инструкции учителя. 3.Осваивают и используют игровые умения

4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение бега в чередовании с ходьбой	Совместно с родителем: выполняют бег в чередовании с ходьбой	Самостоятельно выполняют бег в чередовании с ходьбой
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 67

Предмет	Адаптивная физическая культура	
Класс	3	
Материально-техническое обеспечение	Флажки, гимнастические маты, музыкальное сопровождение	
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)	
Тема	Подвижные игры с бегом: «Пустое место»	
Цель	обучение игре с элементами бега: «Пустое место».	
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать навыки бега: «Пустое место».Коррекционно- развивающие: развивать логическое мышление, наблюдательность, зрительную и слуховую память.Коррекционно- воспитательные: воспитывать положительные черты характера, дисциплинированное поведение, коллективизм, взаимовыручка, смелость, настойчивость в достижении цели.	
Этапы урока	Содержание деятельности	
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся

		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение различных видов ходьбы в колонне.2.Выполнение общеразвивающих упражнений с флажками. 3.Выполнение прыжка в высоту. 5.Подвижная игра с бегом на скорость	1. Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем своде стопы. 2.Выполняют 5-6 упражнений с флажками.3.Выполняют прыжки после инструкции и неоднократного показа учителем (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий). 4.Участвуют в подвижной игре по показу и инструкции учителя	1. Выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы. 2.Выполняют комплекс упражнений с флажками. 3.Выполняют прыжки после инструкции и показа учителя.4. Играют в подвижную игру после инструкции и показа учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение различных видов ходьбы	Совместно с родителем: выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем своде стопы	Самостоятельно выполняют ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем своде стопы
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 68

Предмет	Адаптивная физическая культура

Класс	3		
Материально-техническое обеспечение	Различные предметы, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Эстафета с предметами		
Цель	совершенствование физических качеств обучающихся посредством эстафеты.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: создать условия для эстафет, коллективных действий на эстафете, эстетических качеств; совершенствовать умение самостоятельно выполнять упражнения.Коррекционно- развивающие: укрепить здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать мотивацию учебной деятельности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения

3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение бега в чередовании с ходьбой.2. Эстафета с предметами	1. Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. 2.Участвуют в соревновательной деятельности по возможности (участвуют в эстафете)	1. Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному.2.Участвуют в соревновательной деятельности (участвуют в эстафете)
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение бега в чередование с ходьбой	Совместно с родителем: выполняют бег в чередовании с ходьбой	Самостоятельно выполняют бег в чередовании с ходьбой
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 69

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3
Материально-техническое обеспечение	Мячи, музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Игры с метанием мяча «Подвижная цель», «Обгони мяч»
Цель	обучение игре с элементами метания мяча «Подвижная цель», «Обгони мяч».
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать навыки выполнения метания мяча «Подвижная цель», «Обгони мяч».Коррекционно-развивающие: развивать логическое мышление, наблюдательность, зрительную и слуховую память.Коррекционно- воспитательные:

	воспитывать положительные черты характера, дисциплинированное поведение, коллективизм, взаимовыручка, смелость, настойчивость в достижении цели.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Ходьба с хлопками.2.Выполнение упражнений с волейбольным мячом.3.Подвижные игры на выполнение передачи – ловли мяча, согласование свои действия с действиями других игроков, соизмерение бросков с расстоянием до цели	1. Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем. 2.Выполняют 5-6 упражнения с мячом.3.Осваивают и используют игровые умения	1. Выполняют ходьбу по показу учителя.2.Выполняют упражнения по инструкции учителя.3.Осваивают и используют игровые умения
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ходьбы с хлопками	Совместно с родителем: выполняют ходьбу с хлопками	Самостоятельно выполняют ходьбу с хлопками
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 70

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	3		
Материально-техническое обеспечение	Малые мячи, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Подвижные игры на развитие основных движений- прыжков: «Волк во рву», «Рыбаки и рыбки»		
Цель	обучение игре на развитие основных движений- прыжков: «Волк во рву», «Рыбаки и рыбки».		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать навыки выполнения основных движений- прыжков: «Волк во рву», «Рыбаки и рыбки».Коррекционно- развивающие: развивать логическое мышление, наблюдательность, зрительную и слуховую память.Коррекционно-воспитательные: воспитывать положительные черты характера, дисциплинированное поведение, коллективизм, взаимовыручка, смелость, настойчивость в достижении цели.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение медленного бега с сохранением правильной осанки. 2.Выполнение общеразвивающих упражнений с малыми мячами. 3.Подвижные игры на взаимодействие согласно правилам игры, перепрыгивание через препятствия	1. Удерживают правильное положение тела во время бега (пооперационный контроль выполнения действий).2.Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения с предметом по показу.3.Участвуют в подвижной игре под контролем учителя	1. Удерживают правильное положение тела во время бега. 2.Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения с предметом.3.Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение медленного бега с сохранением правильной осанки	Совместно с родителем: выполняют медленный бег с сохранением правильной осанки	Самостоятельно выполняют медленный бег с сохранением правильной осанки
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 71

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3
Материально-техническое обеспечение	Набивные мячи (вес до 1 кг), музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)

Тема	Эстафета с мячом		
Цель	совершенствование физических качеств обучающихся посредством эстафеты.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить у обучающихся умение работать с техникой ведения, ловли и передачи мяча.Коррекционно-развивающие: укрепить здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать мотивацию учебной деятельности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение ходьбы змейкой, в полуприседе.2.Чередование бега и ходьбы по сигналу.3.Выполнение броска набивного мяча (вес до 1 кг) различными способами двумя руками.3.Эстафеты на взаимодействие с товарищами	1. Удерживают правильное положение тела во время ходьбы (с помощью учителя). 2.Выполняют чередование бега и ходьбы.3.Бросают набивной мяч из различных исходных положений меньшее количество раз.3.Осваивают и используют игровые умения	1.Выполняют ходьбу змейкой, в полуприседе.2.Выполняют чередование бега и ходьбы.3.Бросают набивной мяч из различных исходных положений.4.Осваивают и используют игровые умения
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ходьбы змейкой, в полуприседе	Совместно с родителем: выполняют ходьбу змейкой, в полуприседе	Самостоятельно выполняют ходьбу змейкой, в полуприседе

5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 72

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	3		
Материально-техническое обеспечение	Конусы, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Игры и строевые упражнения: «Воробьи и вороны»		
Цель	формирование игровых действий		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать игровые действия обучающихся.Коррекционно- развивающие: укрепить здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать мотивацию учебной деятельности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение комплекса упражнений в движении. 2.Выполнение упражнений на сохранение равновесия в ходьбе. 3.Выполнение игровых действия соблюдая правила игры	1.Выполняют комплекс упражнений наименьшее количество раз.2.Выполняют ходьбу по линии на носках, на пятках с различными положениями рук по показу учителя.3.Осваивают и используют игровые умения	1. Выполняют комплекс упражнений по показу учителя. 2.Выполняют ходьбу по линии на носках, на пятках с различными положениями рук. 3.Осваивают и используют игровые умения
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение комплекса упражнений в движении	Совместно с родителем: выполняют комплекс упражнений в движении	Самостоятельно выполняют комплекс упражнений в движении
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 73

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3

Материально-техническое обеспечение	Скакалка, мячи, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Игры на развитие внимания, памяти, точности движений: «Школа мяча»		
Цель	формирование игровых действий		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать игровые действия обучающихся.Коррекционно- развивающие: укрепить здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать мотивацию учебной деятельности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение упражнений со скакалкой.2.Бросание и ловля мяча из разных положений, двумя руками, правой и левой рукой.3.Выполнение прыжков через скакалку на двух ногах	1.Выполняют упражнения со скакалкой по возможности.2.Осваивают и используют игровые умения.3.Осваивают прыжки через скакалку по возможности	1.Выполняют упражнения со скакалкой.2.Осваивают и используют игровые умения.3. Игры на развитие внимания, памяти, точности движений: «Школа мяча»

4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений со скакалкой	Совместно с родителем: выполняют упражнения со скакалкой	Самостоятельно выполняют упражнения со скакалкой
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 74

Предмет	Адаптивная физическая культура	
Класс	3	
Материально-техническое обеспечение	Различные предметы, музыкальное сопровождение	
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)	
Тема	Эстафеты на развитее координации	
Цель	совершенствование физических качеств обучающихся посредством эстафеты.	
Задачи	Коррекционно- образовательные: создать условия для эстафет, коллективных действий на эстафете, эстетических качеств; совершенствовать умение самостоятельно выполнять упражнения.Коррекционно- развивающие: укрепить здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать мотивацию учебной деятельности.	
Этапы урока	Содержание деятельности	
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся

		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение бега в чередовании с ходьбой.2. Эстафета с предметами	1. Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. 2.Участвуют в соревновательной деятельности по возможности (участвуют в эстафете)	1. Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному.2.Участвуют в соревновательной деятельности (участвуют в эстафете)
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение бега в чередование с ходьбой	Совместно с родителем: выполняют бег в чередовании с ходьбой	Самостоятельно выполняют бег в чередовании с ходьбой
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 75

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3

Материально-техническое обеспечение	Различные предметы, ленточки, скакалки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Передача предметов		
Цель	формирование умения выполнять передачу предметов.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать умение выполнять передачу предметов.Коррекционно- развивающие: укрепить здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать мотивацию учебной деятельности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение ходьбы с прыжками, доставая рукой ленточки.2.Выполнение общеразвивающих упражнений в колонне по одному в движении.3.Выполнение упражнений со скакалкой: удержание, складывание,	1. Выполняют ходьбу по указанию учителя. 2.Выполняют упражнения в движении наименьшее количество раз.3.Выполняют коррегирующие упражнения после неоднократного показа по прямому	1. Выполняют ходьбу по указанию учителя.2.Выполняют упражнения в движении по показу учителя. 3.Выполняют коррегирующие упражнения с предметом после показа

	завязывание скакалки.4.Игровые задания в передаче предметов	указанию учителя. 4.Выполняют игровые задания в передаче предметов с помощью учителя	учителя.4.Выполняют игровые задания в передаче предметов
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ходьбы с прыжками	Совместно с родителем: выполняют ходьбу с прыжками	Самостоятельно выполняют ходьбу с прыжками
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 76

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3
Материально-техническое обеспечение	Различные предметы, спортивный инвентарь
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Переноска предметов, спортивного инвентаря
Цель	формирование умения переносить предметы, спортивный инвентарь.
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать умение переносить предметы, спортивный инвентарь.Коррекционно- развивающие: укрепить здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать мотивацию учебной деятельности.
Этапы урока	Содержание деятельности

	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1 Выполнение бега в чередовании с ходьбой.2. Освоение правил переноски предметов и спортивного инвентаря	1. Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. 2.Осваивают и используют игровые умения	1.Выполняют ходьбу по указанию учителя.2.Осваивают и используют игровые умения
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение бега в чередовании с ходьбой	Совместно с родителем: выполняют бег в чередовании с ходьбой	Самостоятельно выполняют бег в чередовании с ходьбой
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 77

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3

Материально-техническое обеспечение	Гимнастическая стенка, мячи, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Подвижная игра на развитие основных движений- лазания: «Перелет птиц»		
Цель	формирование игровых действий		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать игровые действия обучающихся.Коррекционно- развивающие: укрепить здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать мотивацию учебной деятельности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение упражнений со скакалкой.2.Бросание и ловля мяча из разных положений, двумя руками, правой и левой рукой.3. Подвижная игра с элементами залезания	1.Выполняют упражнения со скакалкой по возможности.2.Осваивают и используют игровые умения.3. Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на	1.Выполняют упражнения со скакалкой.2.Осваивают и используют игровые умения.3.

	на оборудование, приподнятое над полом (землей), лазания по гимнастической стенке, ориентирование в пространстве по сигналу	поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция	Участвуют в различных видах игр после инструкции и показаучителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений со скакалкой	Совместно с родителем: выполняют упражнения со скакалкой	Самостоятельно выполняют упражнения со скакалкой
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 78

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3
Материально-техническое обеспечение	Гимнастическая стенка, мячи, музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Удары мяча о пол, о стенку и ловля его двумя руками
Цель	обобщение и закрепление техники удара мяча о пол, о стенку и ловля его двумя руками.
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить технику удара мяча о пол, о стенку и ловля его двумя руками.Коррекционно- развивающие: развивать двигательные качества и координацию.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, выдержку, чувства ответственности за порученное задание.

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение бега в чередовании с ходьбой в колонне по одному.2.Построение в круг и выполнение общеразвивающих упражнений типа «зарядка».3.Подвижная игра в подбрасывании мяча, ловли его и быстром беге	1. Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. 2.Выполняют построение в круг с помощью учителя. 3.Участвуют в игре по инструкции	1.Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному.2.Выполняют построение в круг и комплекс утренней зарядки по инструкции учителя. 3.Осваивают и используют игровые умения
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение бега в чередовании с ходьбой	Совместно с родителем: выполняют бег в чередовании с ходьбой	Самостоятельно выполняют бег в чередовании с ходьбой
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 79

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	3		
Материально-техническое обеспечение	Ленточки, мячи, скакалка, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Перекатывание мяча вперед, вправо, влево, стоя, сидя		
Цель	обобщение и закрепление техники перекатывания мяча вперед, вправо, влево, стоя, сидя.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить технику перекатывание мяча вперед, вправо, влево, стоя, сидя.Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье посредством развития общей выносливости.Коррекционно- воспитательные: воспитывать умение проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленной цели.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения

3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение ходьбы с прыжками, доставая рукой ленточки.2.Выполнение общеразвивающих упражнений в колонне по одному в движении.3.Выполнение упражнений со скакалкой: удержание, складывание, завязывание скакалки.4.Игровые задания в перекатывании мяча	1. Выполняют ходьбу по указанию учителя.2.Выполняют упражнения в движении наименьшее количество раз.3.Выполняют коррегирующие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя. 4.Выполняют игровые задания в перекатывании мяча	1. Выполняют ходьбу по указанию учителя.2.Выполняют упражнения в движении по показу учителя. 3.Владеют элементарными сведениями по овладению игровыми умениями.4.Выполняют игровые задания в перекатывании мяча
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ходьбы с прыжками	Совместно с родителем: выполняют ходьбу с прыжками	Самостоятельно выполняют ходьбу с прыжками
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 80

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3
Материально-техническое обеспечение	Набивные мячи (вес до 1 кг), музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Эстафета с мячом
Цель	совершенствование физических качеств обучающихся посредством эстафеты.

Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить у обучающихся умение работать с техникой ведения, ловли и передачи мяча.Коррекционно-развивающие: укрепить здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать мотивацию учебной деятельности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение ходьбы змейкой, в полуприседе.2.Чередование бега и ходьбы по сигналу.3.Выполнение броска набивного мяча (вес до 1 кг) различными способами двумя руками.4.Эстафеты с предметами	1. Удерживают правильное положение тела во время ходьбы (с помощью учителя). 2.Выполняют чередование бега и ходьбы.3.Бросают набивной мяч из различных исходных положений меньшее количество раз.4. Участвуют в соревновательной деятельности по возможности (участвуют в эстафете)	1.Выполняют ходьбу змейкой, в полуприседе.2.Выполняют чередование бега и ходьбы.3.Бросают набивной мяч из различных исходных положений.4. Участвуют в соревновательной деятельности (участвуют в эстафете)
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ходьбы змейкой, в полуприседе	Совместно с родителем: выполняют ходьбу змейкой, в полуприседе	Самостоятельно выполняют ходьбу змейкой, в полуприседе

5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 81

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	3		
Материально-техническое обеспечение	Различные предметы, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Подвижные игры на развитие основных движений - перелезания: «Наседка и цыплята», «Зайцы, сторож и Жучка»		
Цель	формирование игровых действий		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать игровые действия обучающихся.Коррекционно- развивающие: укрепить здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать мотивацию учебной деятельности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение ходьбы с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями.2. Подвижная игра на выполнение спрыгиваний с предметов,приподнятых над землей, быстрое ориентирование в пространстве, взаимодействие согласно правилам игры	1.Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями по показу учителя.2.Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя	1. Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями.2.Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ходьбы с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями	Совместно с родителем: выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями	Самостоятельно выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 82

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3

Материально-техническое обеспечение	Набивные мячи (вес до 1 кг), музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Эстафета с мячом		
Цель	совершенствование физических качеств обучающихся посредством эстафеты.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить у обучающихся умение работать с техникой ведения, ловли и передачи мяча.Коррекционно-развивающие: укрепить здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать мотивацию учебной деятельности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение ходьбы змейкой, в полуприседе.2.Чередование бега и ходьбы по сигналу.3.Выполнение броска набивного мяча (вес до 1 кг) различными способами двумя	1.Удерживают правильное положение тела во время ходьбы (с помощью учителя).2.Выполняют чередование бега и ходьбы.3.Бросают набивной мяч из различных исходных положений меньшее	1.Выполняют ходьбу змейкой, в полуприседе.2.Выполняют чередование бега и ходьбы.3.Бросают набивной мяч из различных исходных

	руками.4.Эстафеты на взаимодействие с товарищами	количество раз.4.Осваивают и используют игровые умения	положений.4.Осваивают и используют игровые умения
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ходьбы змейкой, в полуприседе	Совместно с родителем: выполняют ходьбу змейкой, в полуприседе	Самостоятельно выполняют ходьбу змейкой, в полуприседе
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 83

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3
Материально-техническое обеспечение	Обручи, музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Подвижная игра «Филин и пташки»
Цель	формирование игровых действий
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать игровые действия обучающихся.Коррекционно- развивающие: укрепить здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать мотивацию учебной деятельности.
Этапы урока	Содержание деятельности

	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения, выполнение ходы и бега между различными ориентирами.2.Выполнение упражнений собручем.3.Перелезание через препятствия различным способом в зависимости от высоты	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений с помощью учителя, по возможности. 2.Выполняют упражнения с предметами после неоднократного показа по прямому указанию учителя. 3.Осваивают и используют игровые умения	1.Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений по показу учителя.2.Выполняют упражнения с предметами после показа учителем.3.Осваивают и используют игровые умения
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений с обручем	Совместно с родителем: выполняют упражнения с обручем	Самостоятельно выполняют упражнения с обручем
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок84

Предмет	Адаптивная физическая культура

Класс	3		
Материально-техническое обеспечение	Презентация, музыкальное сопровождение, мячи		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Правила поведения на уроках физической культуры (техника безопасности). Ходьба в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук		
Цель	совершенствовать технику ходьбы в разном темпе, в полуприседе, с различными положениями рук.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: учить выполнять элементарные движения в различном темпе, в полуприседе, с различными положениями рук.Коррекционно- развивающие: развивать чувство ритма, ловкость, координационные способности, умение согласовывать движения.Коррекционно- воспитательные: воспитывать сотрудничество, доброжелательность и эмоционально-нравственною отзывчивость.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение попоказу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец

3. Открытие «нового» знания	Беседа о правилах поведения на уроках физической культуры (техника безопасности)	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорных поощрений	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу
4. Первичное закрепление материала	1.Выполнение бега в медленном темпе.2.Выполнение прыжков через шнур, начерченную линию. 3.Подвижная игра с бросанием мяча	1. Выполняют медленный бег за наиболее физически развитым обучающимся из 2 группы, ориентируясь на его пример.2. Выполняют прыжки через шнур, начерченную линию по инструкции учителя.3.Осваивают и используют игровые умения	1. Выполняют медленный бег.2. Выполняют прыжки через шнур, начерченную линию.3.Осваивают и используют игровые умения
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение бега в медленном темпе	Совместно с родителем выполняют медленный бег	Самостоятельно выполняют медленный бег
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 85

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3
Материально-техническое обеспечение	Большие мячи, музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Метание большого мяча двумя руками из - за головы

Цель	овладение навыками метания большого мяча двумя руками из - за головы.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать игровые действия обучающихся.Коррекционно- развивающие: укрепить здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать ценностное отношение к ЗОЖ, трудолюбие, волевые качества.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение бега по коридорчику.2.Принятие правильного положение во время метания, выполнение метания большого мяча способом из-за головы.3.Подвижная игра с бегом	1. Выполняют бег по коридорчику с помощью учителя.2.Метают большой мяч двумя руками из-за головы, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. 3.Участвуют в подвижной игре по инструкции учителя	1. Выполняют бег по коридорчику2. Выполняют метание большого мяча двумя руками из-за головы после инструкции учителя.3.Участвуют в игре после инструкции учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение бега в медленном темпе	Совместно с родителем: выполняют бег в медленном темпе	Самостоятельно выполняют бег в медленном темпе

5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 86

<table>
<tr><td>Предмет</td><td colspan="3">Адаптивная физическая культура</td></tr>
<tr><td>Класс</td><td colspan="3">3</td></tr>
<tr><td>Материально-техническое обеспечение</td><td colspan="3">Большие мячи, музыкальное сопровождение</td></tr>
<tr><td>Тип урока</td><td colspan="3">Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)</td></tr>
<tr><td>Тема</td><td colspan="3">Бег с преодолением простейших препятствий</td></tr>
<tr><td>Цель</td><td colspan="3">обучение преодолению препятствий.</td></tr>
<tr><td>Задачи</td><td colspan="3">Коррекционно- образовательные: разучить технику преодоления вертикальных и горизонтальных препятствий шагом.Коррекционно-развивающие: способствовать формированию и укреплению правильной осанки.Коррекционно- воспитательные: воспитывать моральные и волевые качества, дисциплинированность и самостоятельность.</td></tr>
<tr><td rowspan="3">Этапы урока</td><td colspan="3">Содержание деятельности</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Деятельность учителя</td><td colspan="2">Деятельность обучающихся</td></tr>
<tr><td>Минимальный уровень</td><td>Достаточный уровень</td></tr>
</table>

1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение ходьбы с изменением направлений по ориентирам и командам учителя.2.Выполнение бега с преодолением простейших препятствий. 3.Подвижная игра с метанием	1.Выполняют ходьбу с изменением направлений по ориентирам и командам учителя.2.Выполняют бег с преодолением простейших препятствий. 3.Осваивают и используют игровые умения	1.Выполняют ходьбу с изменением направлений по ориентирам и командам учителя.2.Выполняют бег с преодолением простейших препятствий.3.Осваивают и используют игровые умения
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ходьбы с изменением направлений	Совместно с родителем: выполняют ходьбу с изменением направлений	Самостоятельно выполняют ходьбу с изменением направлений
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 87

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3
Материально-техническое обеспечение	Презентация, теннисные мячи, музыкальное сопровождение

Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Метание теннисного мяча на дальность		
Цель	совершенствование навыка метания теннисного мяча на дальность.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать навык метания теннисного мяча на дальность.Коррекционно- развивающие: развивать умение контролировать и давать оценку своим действиям.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, самостоятельность, силу воли, дружелюбие.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение попоказу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Открытие «нового» знания	Знакомство «Метание теннисного мяча»	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорных поощрений	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу
4. Первичное закрепление материала	1.Выполнение ходьбы с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями.2. Метание теннисного мяча на дальность с места правой и левой рукой	1. Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями по показу учителя. 2.Удерживают правильное положение тела в процессе выполнения метания (под контролем учителя)	1.Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями.2.Удерживают правильное положение тела в процессе выполнения метания

5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ходьбы с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями.	Совместно с родителем выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями.	Самостоятельно выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями.
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 88

Предмет	Адаптивная физическая культура	
Класс	3	
Материально-техническое обеспечение	Презентация, теннисные мячи, музыкальное сопровождение	
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)	
Тема	Метание теннисного мяча на дальность	
Цель	совершенствование навыка метания теннисного мяча на дальность.	
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать навык метания теннисного мяча на дальность.Коррекционно- развивающие: развивать умение контролировать и давать оценку своим действиям.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, самостоятельность, силу воли, дружелюбие.	
Этапы урока	Содержание деятельности	
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся

		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение ходьбы с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями.2. Метание теннисного мяча на дальность с места правой и левой рукой	1. Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями по показу учителя. 2.Удерживают правильное положение тела в процессе выполнения метания (под контролем учителя)	1.Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями.2.Удерживают правильное положение тела в процессе выполнения метания
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ходьбы с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями.	Совместно с родителем выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями.	Самостоятельно выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями.
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 89

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4

Материально-техническое обеспечение	Презентация, теннисные мячи, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Метание теннисного мяча на дальность		
Цель	совершенствование навыка метания теннисного мяча на дальность.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать навык метания теннисного мяча на дальность.Коррекционно- развивающие: развивать умение контролировать и давать оценку своим действиям.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, самостоятельность, силу воли, дружелюбие.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение ходьбы с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями.2. Метание теннисного мяча на дальность с места правой и левой рукой	1. Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями по показу учителя. 2.Удерживают правильное положение тела в процессе выполнения метания (под контролем учителя)	1.Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями.2.Удерживают правильное положение тела в процессе выполнения метания

4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ходьбы с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями.	Совместно с родителем выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями.	Самостоятельно выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями.
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок90

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	3		
Материально-техническое обеспечение	Презентация, теннисные мячи, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Метание теннисного мяча правой и левой рукой в горизонтальную цель		
Цель	совершенствование навыка метания мяча правой и левой рукой в горизонтальную цель.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать навык метания мяча правой и левой рукой в горизонтальную цель.Коррекционно-развивающие: развивать умение контролировать и давать оценку своим действиям.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, самостоятельность, силу воли, дружелюбие.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Открытие «нового» знания	Знакомство «Метание теннисного мяча»	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорных поощрений	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу
4. Первичное закрепление материала	1.Выполнение ходьбы с изменением направлений по ориентирам и командам учителя.2. Выполнение бега с преодолением простейших препятствий.3.Метание теннисного мяча в цель правой и левой рукой	1. Выполняют ходьбу с изменением направлений по ориентирам и командам учителя.2.Выполняют бег с преодолением простейших препятствий.3.Выполняют метание теннисного мяча в цель по показу	1. Выполняют ходьбу с изменением направлений по ориентирам и командам учителя.2. Выполняют бег с преодолением простейших препятствий.3. Выполняют метание теннисного мяча в цель после инструкции и показа учителя
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ходьбы с изменением направлений	Совместно с родителем выполняют ходьбу с изменением направлений	Самостоятельно выполняют ходьбу с изменением направлений
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 91

Предмет	Адаптивная физическая культура

Класс	3		
Материально-техническое обеспечение	Презентация, теннисные мячи, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Метание теннисного мяча правой и левой рукой в горизонтальную цель		
Цель	совершенствование навыка метания мяча правой и левой рукой в горизонтальную цель.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать навык метания мяча правой и левой рукой в горизонтальную цель.Коррекционно-развивающие: развивать умение контролировать и давать оценку своим действиям.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, самостоятельность, силу воли, дружелюбие.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения

3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение ходьбы с изменением направлений по ориентирам и командам учителя.2. Выполнение бега с преодолением простейших препятствий.3.Метание теннисного мяча в цель правой и левой рукой	1. Выполняют ходьбу с изменением направлений по ориентирам и командам учителя.2.Выполняют бег с преодолением простейших препятствий.3.Выполняют метание теннисного мяча в цель по показу	1. Выполняют ходьбу с изменением направлений по ориентирам и командам учителя.2. Выполняют бег с преодолением простейших препятствий.3. Выполняют метание теннисного мяча в цель после инструкции и показа учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ходьбы с изменением направлений	Совместно с родителем выполняют ходьбу с изменением направлений	Самостоятельно выполняют ходьбу с изменением направлений
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок92

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3
Материально-техническое обеспечение	Презентация, мячи, музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Прыжок в длину с места
Цель	совершенствование техники выполнения прыжка в длину с места.
Задачи	Коррекционно- образовательные: овладеть основами движений, обучить технике прыжка в длину с места.Коррекционно- развивающие: развивать прыгучесть и координационную (точность воспроизведения и реагирования на сигналы, равновесие, согласование движений,

	ориентирование в пространстве).Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, самостоятельность, привитие любви к занятиям физкультурой и доброжелательного отношения к товарищам.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение попоказу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Открытие «нового» знания	Демонстрация прыжка в длину с места.	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорных поощрений	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу
4. Первичное закрепление материала	1.Выполнение ходьбы в медленном и быстром темпе.2. Выполнение прыжка технически правильно, отталкиваясь и приземляясь. 3.Метание с места вгоризонтальную цель	1.Выполняют ходьбу в медленном и быстром темпе.2.Выполняют прыжки после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий), прыгают на толчке одной или двумя ногами с места.3.Осваивают метание с места в	1. Выполняют ходьбу в медленном и быстром темпе. 2.Выполняют прыжки после инструкции и показа учителя. 3.Выполняют метание с места в горизонтальную цель
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ходьбы в медленном и быстром темпе	Совместно с родителем выполняют ходьбу в медленном и быстром темпе	Самостоятельно выполняют ходьбу в медленном и быстром темпе

6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 93

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	3		
Материально-техническое обеспечение	Мячи, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Прыжок в длину с места		
Цель	совершенствование техники выполнения прыжка в длину с места.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: овладеть основами движений, обучить технике прыжка в длину с места.Коррекционно- развивающие: развивать прыгучесть и координационную (точность воспроизведения и реагирования на сигналы, равновесие, согласование движений, ориентирование в пространстве).Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, самостоятельность, привитие любви к занятиям физкультурой и доброжелательного отношения к товарищам.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение ходьбы в медленном и быстром темпе.2. Выполнение прыжка технически правильно, отталкиваясь и приземляясь.3.Метание с места вгоризонтальную цель	1.Выполняют ходьбу в медленном и быстром темпе.2.Выполняют прыжки после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий), прыгают на толчке одной или двумя ногами с места.3.Осваивают метание с места	1. Выполняют ходьбу в медленном и быстром темпе. 2.Выполняют прыжки после инструкции и показа учителя. 3.Выполняют метание с места в горизонтальную цель
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ходьбы в медленном и быстром темпе	Совместно с родителем выполняют ходьбу в медленном и быстром темпе	Самостоятельно выполняют ходьбу в медленном и быстром темпе
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 94

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3

Материально-техническое обеспечение	Мячи, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Прыжок в длину с места		
Цель	совершенствование техники выполнения прыжка в длину с места.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: овладеть основами движений, обучить технике прыжка в длину с места.Коррекционно- развивающие: развивать прыгучесть и координационную (точность воспроизведения и реагирования на сигналы, равновесие, согласование движений, ориентирование в пространстве).Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, самостоятельность, привитие любви к занятиям физкультурой и доброжелательного отношения к товарищам.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение ходьбы в медленном и быстром темпе.2. Выполнение прыжка технически правильно, отталкиваясь и	1.Выполняют ходьбу в медленном и быстром темпе.2.Выполняют прыжки после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости:	1. Выполняют ходьбу в медленном и быстром темпе. 2.Выполняют прыжки после инструкции и показа

	приземляясь.3.Метание с места вгоризонтальную цель	пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий), прыгают на толчке одной или двумя ногами с места.3.Осваивают метание с места	учителя. 3.Выполняют метание с места в горизонтальную цель
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ходьбы в медленном и быстром темпе	Совместно с родителем выполняют ходьбу в медленном и быстром темпе	Самостоятельно выполняют ходьбу в медленном и быстром темпе
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 95

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3
Материально-техническое обеспечение	Скакалки, музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Прыжки с ноги на ногу до 10-15 м
Цель	совершенствование техники выполнения прыжков с ноги на ногу до 10-15 м..
Задачи	Коррекционно- образовательные: овладеть основами движений, обучить технике прыжка с ноги на ногу до 10-15 м.Коррекционно-развивающие: развивать прыгучесть и координационную (точность воспроизведения и реагирования на сигналы, равновесие,

	согласование движений, ориентирование в пространстве).Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, самостоятельность, привитие любви к занятиям физкультурой и доброжелательного отношения к товарищам.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение ходьбы на носках, на пятках.2.Выполнение бега в среднем темпе с переходом на ходьбу.3.Подвижная игра на передачу мячей в колоннах	1.Выполняют ходьбу в умеренном темпе на носках, на пятках.2.Перепрыгивают с ноги на ногу на отрезках.3.Осваивают и используют игровые умения	1.Выполняют ходьбу в умеренном темпе на носках, на пятках.2.Перепрыгивают с ноги на ногу на отрезках.3.Осваивают и используют игровые умения
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ходьбы на носках, на пятках	Совместно с родителем выполняют ходьбу в умеренном темпе на носках, на пятках	Самостоятельно выполняют ходьбу в умеренном темпе на носках, на пятках
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 96

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	3		
Материально-техническое обеспечение	Скакалки, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Прыжки через скакалку на двух, на одной ноге		
Цель	совершенствование техники выполнения прыжков через скакалку на двух, на одной ноге.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: овладеть основами движений, обучить технике прыжков через скакалку на двух, на одной ноге.Коррекционно- развивающие: развивать прыгучесть и координационную (точность воспроизведения и реагирования на сигналы, равновесие, согласование движений, ориентирование в пространстве).Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, самостоятельность, привитие любви к занятиям физкультурой и доброжелательного отношения к товарищам.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец	1. Выполняют построение.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения

		выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение ходьбы с различным положением рук.2.Пробегание под скакалкой, перешагивание, перепрыгивание с одной ноги на другую, перепрыгивание на двух ногах через медленно вращающуюся скакалку вперед, с промежуточным подскоком.3.Подвижная игра с элементами общеразвивающих упражнений	1. Выполняют ходьбу с различным положением рук по показу и инструкции учителя.2.Выполняют прыжки через скакалку на двух ногах. 3.Участвуют в игре по инструкции учителя	1. Выполняют ходьбу с различным положением рук по показу и инструкции учителя. 2.Выполняют прыжки через скакалку на двух, на одной ноге.3.Играют в подвижную игру после инструкции учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ходьбы с различным положением рук	Совместно с родителем выполняют ходьбу с различным положением рук	Самостоятельно выполняют ходьбу с различным положением рук
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 97

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3
Материально-техническое обеспечение	Презентация, эстафетные палочки, музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Круговые эстафеты до 20 м

Цель	развитие силы, ловкости, координации посредством упражнений в технике «круговая эстафета до 20м».		
Задачи	Коррекционно- образовательные: научить технике выполнения круговой тренировки.Коррекционно- развивающие: развивать скоростно-силовые способности.Коррекционно- воспитательные: воспитывать ответственность, целеустремленность, смелость и чувство патриотизма.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение попоказу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Открытие «нового» знания	Знакомство «Круговая эстафета»	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорных поощрений	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу
4. Первичное закрепление материала	1.Выполнение бега в чередовании с ходьбой.2. Эстафета на скорость	1. Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. 2.Участвуют в соревновательной деятельности по возможности (участвуют в эстафете)	1. Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному.2.Участвуют в соревновательнойдеятельности (участвуют вэстафете)
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение бега в чередовании с ходьбой	Совместно с родителем выполняют бег в чередовании с ходьбой	Самостоятельно выполняют бег в чередовании с ходьбой

6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 98

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	3		
Материально-техническое обеспечение	Эстафетные палочки, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Круговые эстафеты до 20 м		
Цель	развитие силы, ловкости, координации посредством упражнений в технике «круговая эстафета до 20м».		
Задачи	Коррекционно- образовательные: научить технике выполнения круговой тренировки.Коррекционно- развивающие: развивать скоростно-силовые способности.Коррекционно- воспитательные: воспитывать ответственность, целеустремленность, смелость и чувство патриотизма.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	

	спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия		
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение бега в чередовании с ходьбой.2. Эстафета на скорость	1. Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному под контролем педагога. 2.Участвуют в соревновательной деятельности по возможности (участвуют в эстафете)	1. Выполняют бег в чередовании с ходьбой в колонне по одному.2.Участвуют в соревновательнойдеятельности (участвуют вэстафете)
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение бега в чередовании с ходьбой	Совместно с родителем выполняют бег в чередовании с ходьбой	Самостоятельно выполняют бег в чередовании с ходьбой
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 99

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3
Материально-техническое обеспечение	Эстафетные палочки, музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Высокий старт 30 м

Цель	обучение технике высокого старта 30м.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: познакомить с техникой высокого старта 30м.Коррекционно- развивающие: укрепить здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных, силовых способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать умение работать и сотрудничать в коллективе.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение ходьбы со сменой положения рук.2.Ускорение на дистанции в 30 м, ознакомление с понятием высокий старт	1. Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя. 2.ыполняют бег с высокого старта, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя.2.Выполняют бег с высокого старта после инструкции и показа учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп	Совместно с родителем выполняют упражнения для укрепления голеностопных суставов и стоп	Самостоятельно выполняют упражнения для укрепления голеностопных суставов и стоп

5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 100

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	3		
Материально-техническое обеспечение	Эстафетные палочки, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Высокий старт 30 м		
Цель	обучение технике высокого старта 30м.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: познакомить с техникой высокого старта 30м.Коррекционно- развивающие: укрепить здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных, силовых способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать умение работать и сотрудничать в коллективе.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	

	спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия		
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение ходьбы со сменой положения рук.2.Ускорение на дистанции в 30 м, ознакомление с понятием высокий старт	1. Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя. 2.ыполняют бег с высокого старта, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя.2.Выполняют бег с высокого старта после инструкции и показа учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп	Совместно с родителем выполняют упражнения для укрепления голеностопных суставов и стоп	Самостоятельно выполняют упражнения для укрепления голеностопных суставов и стоп
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 101

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	3
Материально-техническое обеспечение	Малые мячи, музыкальное сопровождение

Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Медленный бег до 1- 2 мин		
Цель	привитие интереса детей к физической культуре сохранение и укрепление здоровья.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать броски и ловлю малого мяча в четверках по кругу.Коррекционно- развивающие: развивать скоростно-силовые качества рук.Коррекционно- воспитательные: воспитывать интерес к уроку физкультуры.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение различных видов ходьбы в колонне.2.Выполнение общеразвивающих упражнений с малыми мячами. 3.Выполнение бега по длинной дистанции, технически правильное удерживание корпуса и рук в медленном беге в сочетании с дыханием	1.Выполняют различные виды ходьбы в колонне по показу учителя.2.Выполняют упражнения с малыми мячами наименьшее количество раз.3.Выполняют медленный бег в чередовании с ходьбой	1. Выполняют различные виды ходьбы по указанию учителя. 2.Выполняют упражнения с малыми мячами по показу учителя.3.Выполняют медленный бег
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение различных видов ходьбы	Совместно с родителем выполняют различные виды ходьбы	Самостоятельно выполняют различные виды ходьбы

5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 103

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	3		
Материально-техническое обеспечение	Малые мячи, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Медленный бег до 1- 2 мин		
Цель	привитие интереса детей к физической культуре сохранение и укрепление здоровья.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать броски и ловлю малого мяча в четверках по кругу.Коррекционно- развивающие: развивать скоростно-силовые качества рук.Коррекционно- воспитательные: воспитывать интерес к уроку физкультуры.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение различных видов ходьбы в колонне.2.Выполнение общеразвивающих упражнений с малыми мячами. 3.Выполнение бега по длинной дистанции, технически правильное удерживание корпуса и рук в медленном беге в сочетании с дыханием	1.Выполняют различные виды ходьбы в колонне по показу учителя.2.Выполняют упражнения с малыми мячами наименьшее количество раз.3.Выполняют медленный бег в чередовании с ходьбой	1. Выполняют различные виды ходьбы по указанию учителя. 2.Выполняют упражнения с малыми мячами по показу учителя.3.Выполняют медленный бег
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение различных видов ходьбы	Совместно с родителем выполняют различные виды ходьбы	Самостоятельно выполняют различные виды ходьбы
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее ФАООП УО, вариант (1), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. №1026 (http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202212300059) и адресована обучающимся с нарушением интеллекта с учетом реализации особых образовательных потребностей.

Также основой нормативно-правовой базы являются следующие документы:

- Методические рекомендации «Организация образования обучающихся с нарушениями интеллекта с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий», г. Москва, 2026 год;

- АООП, 1 вариант, 2 вариант МКОУ «Ножовская школа-интернат VIII вида», разработанной, 31.08.2023 г.;

-Учебный план МКОУ «Ножовская школа-интернат VIII вида», утвержденный 31.08.2026 года;

-Календарный учебный график на 2026-2027 учебный год, утвержденный приказом от 17.08.2026 ОД-100.

Учебный предмет «Адаптивная физическая культура» относится к предметной области «Физическая культура» и является обязательной частью учебного плана. В соответствии с учебным планом рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 4 классе рассчитана на 34 учебные недели и составляет 102 часов в год (3 часа в неделю).

Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа определяет цель и задачи учебного предмета «Адаптивная физическая культура».

Цель обучения – всестороннее развитие личности обучающихся с нарушением интеллекта в процессе приобщения их к физической культуре, коррекция недостатков психофизического развития, расширение индивидуальных двигательных возможностей, социальной адаптации.

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 4 классе определяет следующие задачи:

– формирование знаний о распорядке дня, личной гигиене;

– формирование умений выполнять комплекс утренней гимнастики;

– формирование умений подавать команды при сдаче рапорта, выполнять команды в строю, соблюдать дистанцию при перестроениях;

– формирование умений принимать правильную осанку;

– формирование умений ходить в различном темпе с различными исходными положениями рук;

– формирование умений перелезать через препятствия и подлезать под них различными способами в зависимости от высоты;

– формирование умений переносить несколько набивных мячей;

– формирование умений сохранять равновесие на гимнастической скамейке в упражнениях с предметами и в парах, выполнять вис на канате;

– формирование умений координировать движения рук и ног в попеременном двухшажном ходе;

– формирование умений преодолевать спуск га лыжах в высокой стойке на склоне, преодолевать на лыжах дистанцию до 0,8 км;

– воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений.

II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

Уроки адаптивной физической культуры направлены на укрепление здоровья, физическое развитие обучающихся с нарушением интеллекта, способствуют формированию у них правильной осанки, физической выносливости.

На уроках по предмету «Адаптивная физическая культура» учитель широко использует различные методы обучения: словесные (рассказ, беседа, объяснение), наглядные (показ, демонстрация), практические (выполнение упражнения, подвижные игры и др.)

Коррекция недостатков психического и физического развития с учетом возрастных особенностей обучающихся четвертого класса с нарушением интеллекта предусматривает:

- обогащение чувственного опыта;
- коррекцию и развитие сенсомоторной сферы;
- формирование и развитие навыков общения, предметно-практической и познавательной деятельности.

Содержание программы отражено в разделах: "Знания о физической культуре" (знания о физической культуре формируются у обучающихся с нарушением интеллекта на занятиях гимнастикой, легкой атлетикой, в процессе подвижных игр), "Гимнастика", "Легкая атлетика", "Игры", «Лыжная подготовка». Каждый из перечисленных разделов включает некоторые теоретические сведения и материал для практической подготовки обучающихся.

Использование разнообразных средств и методов обучения адаптивной физической культуре служит стимулятором повышения двигательной активности школьников, влияет на удовлетворение их потребностей в игре, общении, способствует развитию познавательных способностей обучающихся с нарушением интеллекта.

В проект программы включены уроки лыжной подготовки. С учетом региональных особенностей вместо лыжной подготовки могут проводиться учебные занятия на открытом воздухе: гимнастика, легкая атлетика, игры, катание на коньках.

Таблица 1. Основные разделы учебного предмета «Адаптивная физическая культура»

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов
1	Гимнастика	23
2	Легкая атлетика	35
3	Лыжная подготовка	18
4	Игры	26
	Итого	102

III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты

• Сформированность адекватных представлений о собственных возможностях:

– умения оценивать совместно с учителем результаты своих действий и действий одноклассников.

• Овладение социально-бытовыми умениями и навыками, используемыми в повседневной жизни:

– умения пользоваться, полученными практическими навыками на уроках адаптивной физкультуры в повседневной жизни.

• Овладение элементарными умениями и навыками коммуникации, принятыми нормами социального взаимодействия в нем:

– умения называть свое имя, фамилию, приветствовать педагогов и одноклассников, прощаться с ними, взаимодействовать на уроках;

• Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей:

– соблюдение правил поведения обучающихся в школе;

– умения слушать и выполнять инструкции учителя в процессе получения результата своей деятельности.

– Принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;

– положительное отношение и проявление интереса к занятиям по адаптивной физической культуре;

– принятие и освоение новой социальной роли ученика, проявление интереса к учебной деятельности.

• Сформированность навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях:

– умения согласованно и продуктивно работать в группах, в процессе подвижных игр.

• Развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей:

– проявление чувств доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи к сверстникам.

• Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, на положительный результат, бережное отношение к материальным и духовным ценностям:

– знания и соблюдение элементарных правил обращения с инвентарём и оборудованием, соблюдение требования техники безопасности на уроках адаптивной физкультуры.

• Формирование самостоятельности:

– владение социально-бытовыми умениями на уроках адаптивной физкультуры и в повседневной жизни.

Уровни достижения

предметных результатов по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» на конец 4 класса

Предметные результаты

минимальный уровень

• имеет элементарные представления о физической культуре как средстве укрепления здоровья человека, физического развития и физической подготовки;

• имеет элементарные представления о значении физической культуры для укрепления здоровья человека;

• умеет выполнять простые инструкции учителя;

• имеет представление о видах двигательной деятельности;

• умеет выполнять комплекс упражнений (с помощью учителя);

• владеет начальными двигательными умениями: бег, прыжки и метание, передвижение на лыжах.

• соблюдает основные правила поведения на уроке;

• знает правила бережного обращения с инвентарём и оборудованием, соблюдает требования техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

достаточный уровень

• имеет элементарные представления о гимнастике, лёгкой атлетике, лыжной подготовке, спортивных и подвижных играх и других видах физической культуры;

• самостоятельно выполняет комплекс утренней гимнастики;

• владеет комплексом упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища;

• участвует в оздоровительных мероприятиях в течение дня (физкультминутки);

• выполняет основные двигательные действия в соответствии с заданием учителя: бег, ходьба, прыжки и др.;

• подает и выполняет строевые команды, ведет подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;

• участвует со сверстниками в подвижных играх и эстафетах;

• оказывает посильную помощь и поддержку сверстникам в процессе участия в подвижных играх и соревнованиях;

• знает способы использования различного спортивного инвентаря в основных видах двигательной активности и применяет их в практической деятельности;

• знает правила и технику выполнения двигательных действий, применяет усвоенные правила при выполнении двигательных действий под руководством учителя;

• знает и применяет правила бережного обращения с инвентарём и оборудованием в повседневной жизни;

• соблюдает требования техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

Результаты формирования базовых учебных действий:

Личностные учебные действия:

На основе общих представлений и отдельных понятий (знаниевый компонент):

• осознает себя учеником, заинтересованным посещением школы, обучением, занятиями, членом семьи, одноклассником, другом;

• выделяет на доступном уровне социальное окружение, свое место в нем;

• положительно относится к окружающей действительности, выражает готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию;

• имеет элементарные представления об окружающем мире в единстве его природной и социальной частей;

• проявляет частичную самостоятельность (в том числе, работает по показу, по образцу) в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей;

• начинает понимать личную ответственность за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в ближнем окружении (в школе, в классе);

• проявляет готовность к безопасному и бережному поведению в природе и обществе.

Коммуникативные учебные действия:

Во взаимодействии, организованным по инициативе взрослого или учителя:

• вступает в контакт и работает в коллективе (учитель−ученик, ученик–ученик, ученик–класс, учитель−класс);

• использует принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;

• обращается за помощью и принимает помощь;

• слушает и понимает инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности;

• сотрудничает со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;

• доброжелательно относится, сопереживает, конструктивно взаимодействует с людьми (со сверстниками и взрослыми);

• договаривается и изменяет свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях взаимодействия с окружающими.

Регулятивные учебные действия:

В совместной со взрослым или учителем деятельности:

• соблюдает ритуалы школьного поведения (поднимает руку, встает и выходит из-за парты и т. д.);

• принимает цели и под контролем взрослого включается в деятельность, следует предложенному плану и работает в общем темпе;

• активно участвует в деятельности, осуществляет контроль и оценивает свои действия и действия одноклассников;

• соотносит свои действия и их результаты с заданными образцами, принимает оценку деятельности, оценивает ее с учетом предложенных критериев, корректирует свою деятельность с учетом выявленных недочетов.

Познавательные учебные действия:

В совместной, организованной учителем учебной деятельности:

• выделяет некоторые существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов;

• устанавливает видо-родовые отношения предметов;

• делает простейшие обобщения, сравнивает, классифицирует на наглядном материале;

• пользуется доступными знаками, символами, предметами-заместителями;

• читает; пишет; выполняет арифметические действия в рамках учебной программы;

• наблюдает за предметами и явлениями окружающей действительности;

• работает с несложной по содержанию и структуре информацией (понимает изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу, предъявленные на бумажных электронных носителях).

IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Тема урока	Кол-во часов	Программное содержание	Дифференциация видов деятельности	
				Минимальный уровень	Достаточный уровень
Легкая атлетика					
1	Предупреждение травм во время занятий	1	Беседа о соблюдении техники безопасности во время выполнения упражнений. Подготовка к уроку, переодевание в спортивную форму и обувь. Комплекс упражнений утренней гимнастики. Подвижная игра (по выбору детей.	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорных поощрений). Готовятся к уроку, опираясь на образец выполнения обучающегося 2 группы. Выполняют 3-4 упражнения. Участвуют в подвижной игре (по инструкции и показу учителя).	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу. Самостоятельно готовятся к уроку. Выполняют упражнения (по показу учителя). Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
2	Предварительная и исполнительная команды	1	Построение в шеренгу. Виды команд. Повторение строевых действий в соответствии с командой. Бег в медленном темпе в колонне по одному. Комплекс упражнений утренней гимнастики. Прыжки на двух ногах на месте, (с продвижением вперед, в стороны). Подвижная игра	Выполняют построение (по показу учителя). Зрительно воспринимают образец выполнения и соотносят с голосовым (звуковым) сигналом предварительную и исполнительную команды. Выполняют бег в медленном темпе за наиболее физически развитым обучающимся из 2 группы, ориентируясь на его пример. Выполняют 3-4 упражнения.	Выполняют построения и перестроения (по сигналу учителя). Ориентируются на образец выполнения предварительной и исполнительной команд. Выполняют бег в медленном темпе. Выполняют упражнения (по показу учителя).

				Прыгают на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в стороны. Участвуют в игре (по инструкции учителя).	Прыгают на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в стороны. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
3 - 4	Ходьба (в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук)	2	Построение в шеренгу и сдача рапорта дежурным. Ходьба. Комплекс упражнений утренней гимнастики. Бег в медленном темпе (80-100 м). Прыжки через шнур, начерченную линию. Подвижная игра (с бросанием мяча).	Выполняют построение (по показу учителя). Выполняют ходьбу (под контролем учителя). Выполняют упражнения (после неоднократного показа по прямому указанию учителя). Выполняют медленный бег за наиболее физически развитым обучающимся из 2 группы, ориентируясь на его пример. Выполняют прыжки (с помощью учителя). Осваивают и используют игровые умения.	Выполняют построение (по сигналу учителя). Осваивают и выполняют ходьбу в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук. Выполняют упражнения (после показа учителя). Выполняют медленный бег. Выполняют прыжки. Осваивают и используют игровые умения.
5	Бег с изменением темпа	1	Сдача рапорта, строевые действия. Бег в колонне. Комплекс общеразвивающих упражнений со скакалкой. Подвижная игра.	Выполняют строевые действия (по пошаговой/ поэтапной инструкции педагога). Удерживают правильное положение тела во время бега (с помощью учителя, при необходимости пошаговая инструкция учителя). Смотрят образец выполнения упражнений, слушают инструкцию	Выполняют строевые действия. Удерживают правильное положение тела во время бега. Смотрят образец выполнения упражнений, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения с предметом. Участвуют в подвижной

				учителя, выполняют упражнения с предметом. Участвуют в игре (по инструкции учителя).	игре (по инструкции учителя).
6	Прыжки (на месте, с продвижением вперед, в сторону, назад на одной ноге)	1	Бег в медленном темпе с сохранением правильной осанки. Комплекс общеразвивающих упражнений с малыми мячами. Прыжки на одной ноге на месте и с продвижением. Метание мяча в цель. Подвижная игра (с элементами бега, ведением и бросками волейбольного мяча).	Удерживают правильное положение тела во время бега (пооперационный контроль выполнения действий). Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения с предметом. Выполняют прыжки (пооперационный контроль выполнения действий). Выполняют метание (пооперационный контроль выполнения действий). Осваивают и используют игровые умения	Удерживают правильное положение тела во время бега. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения с предметом. Выполняют прыжки. Выполняют метание мяча. Осваивают и используют игровые умения.
7	Беговые упражнения	1	Ходьба с изменением скорости. Бег в заданном направлении. Беговые упражнения. Эстафета.	Выполняют ходьбу с изменением скорости. Выполняют различные виды бега: на носках, с высоким подниманием бедра и захлестыванием голени назад. Осваивают беговые упражнения выполняя их на сокращенном расстоянии.	Выполняют ходьбу с изменением скорости. Выполняют различные виды бега: на носках, с высоким подниманием бедра и захлестыванием голени назад. Выполняют беговые упражнения.

				Участвуют в соревновательной деятельности.	Участвуют в соревновательной деятельности
8	Прыжки с ноги на ногу (до 10-15 м)	1	Ходьба на носках, на пятках. Бег в среднем темпе с переходом на ходьбу. Выполнение многоскоков. Подвижная игра (на передачу мячей в колоннах).	Выполняют ходьбу в умеренном темпе на носках, на пятках. Демонстрируют бег с переходом на ходьбу. Перепрыгивают с ноги на ногу на заданных отрезках. Осваивают и используют игровые умения.	Выполняют ходьбу в умеренном темпе на носках, на пятках. Демонстрируют бег в медленном темпе с переходом на ходьбу. Перепрыгивают с ноги на ногу на заданных отрезках. Осваивают и используют игровые умения.
9	Ускорения (до 30 м)	1	Ходьба перекатом с пятки на носок. Чередование бега и ходьбы. Низкий старт, бег с максимально возможной скоростью и по возможности не снижение ее до финиша. Подвижная игра	Выполняют ходьбу перекатом с пятки на носок (под контролем учителя).. Чередуют бег и ходьбу. Выполняют бег с низкого старта. Участвуют в игре (по инструкции учителя)	Выполняют ходьбу перекатом с пятки на носок. Чередуют бег и ходьбу. Выполняют бег с низкого старта. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя)
10	Прыжки через скакалку (на двух ногах, на одной ноге)	1	Ходьба с различным положением рук. Беговые упражнения. Бег под скакалкой, перешагивание, перепрыгивание с одной ноги на другую, перепрыгивание на двух ногах через медленно вращающуюся	Выполняют ходьбу с различным положением рук (по показу и инструкции учителя). Выполняют беговые упражнения. Выполняют прыжки через скакалку на двух ногах.	Выполняют ходьбу с различным положением рук по показу и инструкции учителя. Выполняют беговые упражнения.

			скакалку вперед, с промежуточным подскоком. Подвижная игра (с элементами общеразвивающих упражнений).	Участвуют в игре (по инструкции учителя).	Выполняют упражнения со скакалкой (по инструкции учителя), прыжки через скакалку на двух, на одной ноге. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
11	Бег с преодолением простейших препятствий	1	Ходьба с изменением направлений по ориентирам и командам учителя. Бег с преодолением простейших препятствий. Подвижная игра (с метанием).	Выполняют ходьбу с изменением направлений (по ориентирам и командам учителя). Выполняют бег с преодолением простейших препятствий. Осваивают и используют игровые умения.	Выполняют ходьбу с изменением направлений (по ориентирам и командам учителя). Выполняют бег с преодолением простейших препятствий. Осваивают и используют игровые умения.
12	Челночный бег	1	Ходьба с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра. Беговые упражнения. Выполнение челночного бега, демонстрирование техники высокого старта. Метание мячей (с места левой и правой рукой).	Выполняют ходьбу с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра (по показу учителя). Выполняют беговые упражнения. Выполняют челночный бег. Выполняют метание мячей (с места левой и правой рукой) под контролем учителя.	Выполняют ходьбу с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра (по инструкции учителя). Выполняют беговые упражнения. Выполняют челночный бег. Метают мячи с места левой и правой рукой

13	Прыжки (в глубину)	1	Ходьба в медленном и быстром темпе. Бег в медленном темпе. Беговые упражнения. Прыжки. Метание (с места в горизонтальную цель).	Выполняют ходьбу в медленном и быстром темпе. Бегают в медленном темпе, выполняют несколько беговых упражнений. Выполняют прыжки по инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий), прыгают на двух ногах на месте. Осваивают метание с места в горизонтальную цель, ориентируясь на образец выполнения.	Выполняют ходьбу в медленном и быстром темпе. Демонстрируют бег в медленном темпе. Выполняют беговые упражнения. Выполняют прыжки (по инструкции и показу учителя). Выполняют метание с места в горизонтальную цель.
14	Прыжок в длину (с разбега)	1	Ходьба с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями. Бег в среднем темпе. Прыжки с разбега (правильно разбегаясь, сильно отталкиваясь и мягко приземляясь). Метание мяча с места в вертикальную цель.	Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями (по показу учителя). Бегают в среднем темпе. Прыгают в длину с небольшого разбега (по инструкции и после неоднократного показа учителя). Выполняют метание (по инструкции и после неоднократного показа учителя).	Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями. Прыгают с небольшого разбега в длину (по инструкции и после неоднократного показа учителя). Выполняют метание (по инструкции и показу учителя)
15	Бросок набивного мяча (вес до 1 кг) различными способами	1	Ходьба со сменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т.д. Выполнение быстрого бега.	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения обучающего 2 группы или учителя.	Выполняют ходьбу со сменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т.д.

			Набивной мяч Бросок набивного мяча.	Выполняют быстрый бег. Бросают набивной мяч из различных исходных положений.	Выполняют быстрый бег. Бросают набивной мяч из различных исходных положений.
16	Чередование бега и быстрой ходьбы	1	Ходьба змейкой, в полуприседе. Чередование бега и ходьбы (по сигналу). Выполнение броска набивного мяча (вес до 1 кг) различными способами двумя руками.	Удерживают правильное положение тела во время ходьбы (с помощью учителя). Выполняют чередование бега и ходьбы. Бросают набивной мяч из различных исходных положений.	Выполняют ходьбу змейкой, в полуприседе. Выполняют (по сигналу) чередование бега и ходьбы. Бросают набивной мяч из различных исходных положений.
17	Прыжки в высоту (с места толчком двух ног)	1	Ходьба приставным шагом правое/левое плечо вперед. Бег с параллельной постановкой стоп. Выполнение прыжков. Метание теннисного мяча с места (одной рукой на дальность).	Выполняют ходьбу приставным шагом правое/левое плечо вперед, ориентируясь на образец выполнения обучающего 2 группы или учителя. Прыгают в высоту с места (толчок двух ног) по инструкции и после неоднократного показа учителем. Метают мяч (под контролем учителя).	Выполняют ходьбу приставным шагом правое/левое плечо вперед (по сигналу учителя). Демонстрируют бег с параллельной постановкой стоп. Прыгают в высоту с места толчком двух ног. Меняют теннисный мяч.
Гимнастика					
18	Осанка	1	Построение в шеренгу. Сдача рапорта дежурным. Беседа о правильной осанке.	Выполняют построение. Получают элементарные теоретические сведения о правильной осанке, зрительно	Выполняют построение. Получают элементарные теоретические сведения о правильной осанке, зрительно воспринимают и

			Комплекс упражнений, направленных на формирования навыка правильной осанки. Подвижная игра (с бегом).	воспринимают и оценивают образец удержания правильной осанки. Выполняют практические задания с заданными параметрами (демонстрируют правильную осанку, подбирают ответы на вопрос по предоставленным карточкам) с помощью педагога. Участвуют в игре (по инструкции учителя).	оценивают образец удержания правильной осанки. Выполняют практические задания с заданными параметрами (демонстрируют правильную осанку, упражнения на формирование правильной осанки). Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
19	Физические качества	1	Построение в шеренгу. Сдача рапорта дежурным. Беседа об основных физических качествах и упражнениях на их развитие.	Выполняют построение (по инструкции учителя). Рассматривают наглядные материалы, слушают рассказ учителя, принимают участие в беседе.	Выполняют построение (по команде учителя). Рассматривают наглядные материалы, слушают объяснения учителя, принимают участие в беседе.
20	Построение в шеренгу (по одному), равнение, перестроение в колонну (по одному).	1	Игровые задания на нахождение своего места в строю, выполнение строевой стойки, соблюдение интервала, выполнение строевых действия во время равнения, размыкание приставным шагом в сторону. Подвижная игра с бегом.	Выполняют упражнения (по показу учителя). Участвуют в игре (по инструкции учителя).	Выполняют упражнение по сигналу. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
21	Перестроение (из колонны по одному в колонну по два и из колонны по два в колонну по	1	Игровые задания на нахождение своего места в строю.	Участвуют в игровой деятельности (под контролем педагога). Выполняют упражнение (по показу	Выполняют игровые задания (по команде учителя). Выполняют

	одному в движении, с поворотом направо и налево)		Перестроение в движении, соблюдение интервала и дистанции. Комплекс общеразвивающих упражнений с большим мячом. Подвижная игра (с лазанием).	учителя), по пошаговой/ поэтапной инструкции педагога. Выполняют упражнения с мячом. Осваивают и используют игровые умения.	упражнение по сигналу/ команде учителя, ориентируюсь на зрительно-пространственные опоры. Выполняют упражнения с предметами (по показу учителя). Осваивают и используют игровые умения.
22	Размыкание от середины на вытянутые руки приставными шагами вправо, влево. Основные положения и движения рук, ног, туловища, головы: асимметричные движения рук	1	Выполнение размыкания по команде учителя, выполнение наклонов, поворотов туловища в сочетании с движениями рук и ног, выпадов правой и левой ногой, переходов из упора присев в упор лежа, приседаний, наклонов головы. Подвижная игра (с прыжками).	Выполняют размыкание. Выполняют основные положения и движения рук, ног, туловища, головы (после показа учителем). Осваивают и используют игровые умения.	Выполняют размыкание. Выполняют основные положения и движения рук, ног, туловища, головы. Осваивают и используют игровые умения.
23	Повороты (направо, налево). Ходьба и бег «змейкой»	1	Ориентирование в схеме своего тела. Ходьба и бег «змейкой».	Выполняют (по показу учителя) игровые упражнения. Выполняют ходьбу и бег «змейкой».	Выполняют (по показу учителя) упражнения для формирования пространственных представлений. Выполняют ходьбу и бег «змейкой».
24	Лазание по гимнастической стенке (вверх-вниз, с одновременной перестановкой руки и ноги)	1	Комплекс упражнений (на дыхание). Лазание по гимнастической стенке. Подвижная игра.	Выполняют упражнения на дыхание. Выполняют лазание. Участвуют в игре (по инструкции учителя).	Выполняют упражнения на дыхание. Выполняют лазание. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).

25	Ползание на четвереньках (в медленном темпе по гимнастической скамейке)	1	Комплекс упражнений на равновесие. Передвижение по гимнастической скамейке, приняв правильное положение упора. Подвижная игра (с элементами лазания).	Выполняют упражнения (по показу учителя). Выполняют упражнения в ползании, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Осваивают и используют игровые умения.	Выполняют упражнения (по инструкции учителя). Выполняют передвижение по гимнастической скамейке (по инструкции учителя). Осваивают и используют игровые умения.
26	Упражнения с гимнастическими палками	1	Комплекс упражнений с гимнастическими палками: удержание гимнастической палки двумя руками хватом снизу и сверху, над головой, на уровне лопаток, перекладывание, поднимание, подбрасывание и ловля, перешагивание. Ползание на четвереньках (в медленном темпе по гимнастической скамейке).	Выполняют упражнения с гимнастической палкой (после неоднократного показа и по прямому указанию учителя). Выполняют ползание на четвереньках (в медленном темпе по гимнастической скамейке с помощью учителя).	Выполняют упражнения с гимнастической палкой (после показа учителем). Выполняют ползание на четвереньках (в медленном темпе по гимнастической скамейке по показу учителя).
27	Упражнения на формирование правильной осанки	1	Ходьба с изменением положения рук. Ходьба по гимнастической скамейке. Комплекс упражнений для расслабления мышц. Перешагивание через предметы. Эстафета с мячом.	Выполняют ходьбу с изменением положения рук. Выполняют ходьбу по гимнастической скамейке (с помощью учителя). Выполняют упражнения для расслабления мышц, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Участвуют в соревновательной деятельности.	Выполняют ходьбу с изменением положения рук. Выполняют ходьбу по гимнастической скамейке. Выполняют упражнения для расслабления мышц по показу и инструкции учителя. Участвуют в соревновательной деятельности.

28	Тренировка дыхания	1	Выполнение перестроения из колонны по одному в колонну по два и из колонны по два в колонну по одному (в движении, с поворотом направо и налево). Выполнение дыхательных упражнений в ходьбе и беге. Подвижная игра.	Выполняют упражнение (по показу учителя), по пошаговой/ поэтапной инструкции педагога. Получают элементарные сведения о правилах дыхания во время ходьбы и бега, выполняют упражнения. Участвуют в игре (по инструкции учителя)	Выполняют упражнение по сигналу/ команде учителя, ориентируюсь на зрительно-пространственные опоры. Получают элементарные сведения о правилах дыхания во время ходьбы и бега, выполняют упражнения. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя)
29	Ходьба с предметом на голове, сохраняя правильную осанку	1	Комплекс упражнений с гимнастической палкой. Удержание в ходьбе предмета на голове, сохраняя правильную осанку.	Выполняют упражнения с предметом под контролем учителя). Выполняют ходьбу с предметом на голове, сохраняя правильную осанку (по прямому указанию учителя).	Выполняют упражнения с предметом (по инструкции учителя). Выполняют ходьбу с предметом на голове, сохраняя правильную осанку.
30	Упражнения для развития пространственной ориентации	1	Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения. Ходьба и бег между различными ориентирами. Проход по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам.	Выполняют построение в шеренгу. Выполняют ходьбу и бег (под контролем учителя). Ходят по двум параллельно поставленным скамейкам (с помощью учителя).	Выполняют построение в шеренгу. Выполняют ходьбу и бег Ходят по двум параллельно поставленным скамейкам.
31	Упражнения для развития точности движений	1	Комплекс упражнений на равновесие.	Выполняют (по показу учителя) упражнения для развития точности движений и равновесия, ориентируясь на образец	Выполняют упражнения для развития точности движений и равновесия,

			Ходьба по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам. Подвижная игра (с бегом).	выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Ходят по двум параллельно поставленным скамейкам (с помощью учителя). Участвуют в игре (по инструкции учителя).	ориентируясь на образец выполнения учителем. Ходят по двум параллельно поставленным скамейкам. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
32	Упражнения с обручем	1	Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения. Ходьба и бег между различными ориентирами. Комплекс упражнений с обручем: удержание обруча двумя руками, перекладывание из одной руки в другую, выполнение различных исходных положений с обручем в руках, наклоны, приседания, прыжки, переступание.	Выполняют (по показу учителя) построение. Выполняют ходьбу и бег между различными ориентирами (с помощью учителя) Выполняют упражнения с обручем (после неоднократного показа и по прямому указанию учителя)	Выполняют построение. Выполняют ходьбу и бег между различными ориентирами. Выполняют упражнения с обручем (после показа учителем).
33	Подлезание под препятствием высотой до 1 м	1	Комплекс упражнений с обручем. Выполнение подлезания под препятствием. Эстафета с обручем.	Выполняют упражнения с обручем (после неоднократного показа и по прямому указанию учителя). Выполняют подлезание под препятствием высотой 40-50 см, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Участвуют в соревновательной деятельности.	Выполняют упражнения с обручем (после показа учителем). Выполняют подлезание под препятствием. Участвуют в соревновательной деятельности.

34	Перелезание через гимнастического козла, гимнастическое бревно	1	Выполнение упражнений в перелезании (с опорой на грудь/живот) через препятствия. Подвижная игра (с элементами общеразвивающих упражнений).	Преодолевают препятствия (с помощью учителя). Участвуют в игре (по инструкции учителя).	Преодолевают препятствия (по инструкции учителя). Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
35	Ходьба по гимнастической скамейке (прямо, правым, левым боком с различными положениями рук, с мячом в руках, бросанием и ловлей мяча)	1	Комплекс упражнений утренней зарядки. Сохранение равновесия на ограниченной поверхности, выполнение передвижений, действий с мячом.	Выполняют комплекс упражнений (по показу учителя). Выполняют ходьбу по гимнастической скамейке (прямо, правым, левым боком с различными положениями рук) после неоднократного показа и по прямому указанию учителя.	Выполняют комплекс упражнений (по показу учителя). Выполняют ходьбу по гимнастической скамейке (прямо, правым, левым боком с различными положениями рук, с мячом в руках, бросанием и ловлей мяча) самостоятельно.
36	Ходьба парами по гимнастической скамейке	1	Комплекс упражнений для развития мышц кистей рук и пальцев. Ходьба парами по гимнастической скамейке. управление равновесием.	Выполняют упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев (по показу учителя). Выполняют упражнения на равновесие (с помощью учителя).	Выполняют упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев (по показу учителя). Выполняют упражнения на равновесие (по показу учителя). Демонстрируют ходьбу парами по гимнастической скамейке.
37	Ходьба по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам	1	Комплекс упражнений на сохранение равновесия. Ходьба по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам.	Выполняют упражнения на равновесие (с помощью учителя). Ходят по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам (с помощью учителя).	Выполняют упражнения на равновесие, преодолевают препятствия (по инструкции учителя).

			Подвижная игра (с бегом и прыжками).	Участвуют в игре (по инструкции учителя).	Ходьба по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя)
38	Расхождение поворотом при встрече на гимнастической скамейке	1	Комплекс упражнений на сохранение равновесия. Расхождение поворотом при встрече на гимнастической скамейке.	Выполняют упражнения на равновесие (после неоднократного показа и по прямому указанию учителя). Выполняют упражнения на гимнастической скамейке (с помощью учителя).	Выполняют упражнения на равновесие (после показа учителем). Выполняют расхождение поворотом при встрече на гимнастической скамейке.
39	Стойка на одной ноге, другая согнута вперед, руки в различных исходных положениях	1	Выполнения упражнения в перелезании с опорой на грудь/живот через препятствия. Удержание равновесия при выполнении стойки на одной ноге с различными положениями рук.	Преодолевают препятствия (с помощью учителя). Выполняют упражнения на удержание равновесия (после неоднократного показа учителя).	Преодолевают препятствия (по инструкции учителя). Выполняют упражнения на удержание равновесия.
40	Переноска грузов	1	Комплекс упражнений с обручем. Подлезание под препятствием. Тренировочные упражнения в переноске набивных мячей, общим весом до 5 кг на расстояние 10-15 м, матов, скамеек.	Выполняют упражнения с обручем (после неоднократного показа и по прямому указанию учителя). Выполняют подлезание под препятствием высотой 40-50 см, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Переносят и передают предметы (с помощью учителя).	Выполняют упражнения с обручем (после показа учителем). Выполняют подлезание под препятствием высотой 40-50 см. Переносят и передают предметы.

Игры					
41-42	Игры: «Ловишки-хвостики», «Салки»	2	Комплекс общеразвивающих упражнений с малыми мячами. Ходьба по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам. Подвижные игры.	Выполняют упражнения с предметами. Выполняют ходьбу по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам (с помощью педагога). Участвуют в различных видах игр (по инструкции и по показу учителя), ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя).	Выполняют упражнения с предметами. Выполняют ходьбу по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам. Участвуют в различных видах игр (по инструкции и показу учителя).
43-44	Игра на развитие внимания, памяти, точности движений: «Школа мяча»	2	Комплекс упражнений со скакалкой. Бросание и ловля мяча (из разных положений, двумя руками, правой и левой рукой). Подвижная игра. Прыжки через скакалку (на двух ногах).	Выполняют упражнения со скакалкой. Бросают и ловят мяч двумя руками. Осваивают и используют игровые умения. Осваивают прыжки через скакалку.	Выполняют упражнения со скакалкой (по показу учителя). Выполняют броски мяча, ловят мяч. Осваивают и используют игровые умения. Прыгают через скакалку на двух ногах.
Лыжная подготовка					
45	Техника безопасности и правила поведения на лыжне	1	Беседа о правилах обращения с лыжным инвентарем и о технике безопасности на занятиях лыжным спортом. Тренировочные упражнения в подготовке к занятию, выбор лыж и палок.	Слушают правила поведения на уроках, информацию о предупреждении травм и обморожений с опорой на наглядность, участвуют в беседе и отвечают на вопросы учителя с опорой на визуальный план.	Слушают правила поведения на уроках лыжной подготовки, информацию о предупреждении травм и обморожений с опорой на наглядность, участвуют в

				Готовятся к занятию, выбирают лыжи и палки (с помощью учителя).	беседе и отвечают на вопросы учителя. Готовятся к занятию, выбирают лыжи и палки.
46-47	Совершенствование техники выполнения строевых команд и приемов	2	Тренировочные упражнения в подборе лыжного инвентаря и одежды к занятию. Выполнение строевых команд с лыжами и на лыжах, надевание и снимание лыж и палок.	Готовятся к занятию, выбирают лыжи и палки (с помощью учителя). Выполняют строевые команды (по сигналу учителя).	Готовятся к занятию, выбирают лыжи и палки. Выполняют строевые команды (по сигналу учителя).
48	Передвижение в колонне по одному (с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию)	1	Построение в шеренгу с лыжами у ноги. Повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне. Тренировочные упражнения на одевание лыжного инвентаря. Переступание на лыжах.	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному (лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию (по сигналу учителя). Одевают лыжный инвентарь (с помощью учителя). Выполняют переступание на лыжах (по показу учителя и с его помощью).	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию (по сигналу учителя). Одевают лыжный инвентарь. Выполняют переступание на лыжах (по показу учителя).
49	Подготовка к передвижению на лыжах	1	Построение в шеренгу с лыжами у ноги. Повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне. Уход за лыжным инвентарем.	Выполняют построение с лыжами. Одевают лыжный инвентарь (с помощью учителя, по возможности самостоятельно). Выполняют переступание на лыжах (с помощью учителя).	Выполняют построение с лыжами. Одевают лыжный инвентарь самостоятельно. Выполняют переступание на лыжах (по показу учителя)

			Переступание на лыжах вокруг пяток, носков, приставной шаг (вправо, влево).		
50	Совершенствование техники выполнения ступающего шага (без палок и с палками)	1	Построение в шеренгу с лыжами у ноги. Повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне. Тренировочные упражнения на одевание лыжного инвентаря. Выполнение ступающего шага: перекрестная координация движений рук и ног, перенос тяжести тела с одной ноги на другую, правильное положение туловища и головы.	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию (по сигналу учителя). Одевают лыжный инвентарь (с помощью учителя). Передвигаются на лыжах ступающим шагом.	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию (по сигналу учителя). Одевают лыжный инвентарь. Передвигаются по лыжне ступающим шагом.
51-52	Совершенствование техники выполнения скользящего шага (без палок и с палками)	2	Построение в шеренгу с лыжами у ноги. Повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне. Одевание лыжного инвентаря. Передвижение на лыжах свободным, скользящим шагом (без палок и с палками).	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию (по сигналу учителя). Одевают лыжный инвентарь (с помощью учителя). Передвигаются на лыжах скользящим шагом.	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию (по сигналу учителя). Одевают лыжный инвентарь. Передвигаются по лыжне скользящим шагом.
53-54	Прохождение отрезков на время (от 200 до 300 м)	2	Построение в шеренгу с лыжами у ноги. Повторение безопасного способа переноски лыж при движении в	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию (по	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой,

			колонне. Одевание лыжного инвентаря. Прохождение на лыжах отрезков (на скорость).	сигналу учителя). Одевают лыжный инвентарь (с помощью учителя). Осваивают выполнение попеременного двухшажного хода по инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий).	соблюдая дистанцию (по сигналу учителя). Одевают лыжный инвентарь. Выполняют попеременный двухшажный ход (по инструкции и показа учителя).
55-57	Спуск в высокой стойке со склона, подъем «лесенкой» с соблюдением техники безопасности	3	Построение в шеренгу с лыжами у ноги. Переход на учебную лыжню в колонне по одному. Сохранение равновесия при спуске со склона в высокой стойке, демонстрирование техники подъема «лесенкой».	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию (по сигналу учителя). Одевают лыжный инвентарь (с помощью учителя). Спускаются в высокой стойке со склона, поднимаются ступающим шагом с соблюдением техники безопасности.	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию (по сигналу учителя). Одевают лыжный инвентарь. Выполняют спуск в высокой стойке со склона, подъем «лесенкой» с соблюдением техники безопасности.
58-60	Повороты переступанием в движении	3	Построение в шеренгу с лыжами у ноги. Переход на учебную лыжню в колонне по одному. Передвижение по учебному кругу ступающим и скользящим шагом. Выполнение упражнения, демонстрируют уверенное отрывание	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию (по сигналу учителя). Одевают лыжный инвентарь (с помощью учителя). Выполняют повороты на лыжах на месте.	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию (по сигналу учителя). Одевают лыжный инвентарь. Выполняют

			от снега лыжи, наклон в сторону поворота и вперед.		поворот переступанием в движении.
61-62	Прохождение на лыжах от 0,5 до 0,8 км	2	Построение в шеренгу с лыжами у ноги. Переход на учебную лыжню в колонне по одному. Прохождение дистанции на лыжах.	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию (по сигналу учителя). Одевают лыжный инвентарь (с помощью учителя). Преодолевают дистанцию в произвольном темпе.	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию (по сигналу учителя). Одевают лыжный инвентарь. Преодолевают дистанцию в быстром темпе.
Игры					
63	Значение и основные правила закаливания	1	Беседа об основных правилах закаливания организма. Передвижение, исполнение команд в колонне сохраняя дистанцию и равнение в затылок. Бег в чередовании с ходьбой. Подвижная игра (на внимание).	Отвечают на вопросы с опорой на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорных поощрений). Выполняют построение (с помощью педагога). Передвигаются в колонне бегом в чередовании с ходьбой (по указанию учителя). Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).	Отвечают на вопросы. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, колонну, круг, осваивают строевые действия в шеренге и колонне. Выполняют бег в чередовании с ходьбой. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
64	Значение утренней гимнастики	1	Выполнение поворотов на месте налево и направо переступанием. Выполнение ритмичной ходьбы с сохранением заданного темпа.	Выполняют простые виды построений, осваивают на доступном уровне строевые действия в шеренге и в колонне (с	Выполняют построения и перестроения в шеренгу, колонну, осваивают

			Комплекс упражнений утренней зарядки. Подвижная игра (с бегом).	помощью учителя). Выполняют ходьбу с изменением скорости. Выполняют практические задания с заданными параметрами (составляют комплекс утренней зарядки) с помощью педагога. Участвуют в подвижной игре (по инструкции и показу учителя), ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий.	действия в шеренге и колонне. Выполняют ходьбу с изменением скорости. Выполняют практические задания с заданными параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики). Участвуют в игре (по инструкции и показа учителя).
65	Перемещение на площадке в пионерболе (прием и передача мяча двумя руками у стены и в парах).	1	Знакомство с игрой пионербол. Комплекс упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев. Перемещения игроков на площадке в пионерболе, выполнение приема и передачи мяча двумя руками у стены и в парах.	Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев. Выполняют перемещения на площадке (с помощью педагога). Осваивают и используют игровые умения (взаимодействие с партнером).	Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев. Выполняют перемещения на площадке. Осваивают и используют игровые умения.
66	Бросок мяча через сетку одной рукой и ловля двумя руками после подачи	1	Комплекс упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев. Перемещения на площадке игроков в пионерболе. Выполнение бросков мяча через сетку одной рукой и ловля двумя руками после подачи.	Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев. Выполняют перемещения на площадке (с помощью педагога). Осваивают и используют игровые умения.	Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев. Выполняют перемещения на площадке. Выполняют броски мяча через сетку одной рукой и ловят мяч двумя руками после подачи.

					Осваивают и используют игровые умения.
67-69	Техника подачи мяча в пионерболе	3	Перемещения игроков на площадке в пионерболе. Прием и передача мяча двумя руками у стены и в парах. Подачи мяча в игре.	Выполняют перемещения на площадке (с помощью педагога). Выполняют прием и передачу мяча у стены (по инструкции и показу учителя). Осваивают и используют игровые умения (подача мяча в пионерболе).	Выполняют перемещения на площадке (с помощью педагога). Выполняют прием и передачу мяча в паре. Осваивают и используют игровые умения (подача мяча в пионерболе).
70-72	Розыгрыш мяча на три паса при игре в пионербол	3	Комплекс упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев. Перемещения игроков на площадке. Броски мяча через сетку одной рукой и ловля двумя руками после подачи. Прием и передачи мяча двумя руками у стены и в парах. Способы розыгрыша мяча на три паса в пионерболе.	Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев. Выполняют перемещения на площадке (с помощью педагога). Выполняют упражнения с мячом (по инструкции и по показу учителя).	Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев. Выполняют перемещения на площадке. Выполняют упражнения с мячом (по инструкции и по показу учителя).
73-75	Учебная игра в пионербол	3	Броски мяча через сетку одной рукой и ловля двумя руками после подачи. Игровые действия (согласно правилам).	Выполняют упражнения с мячом (по инструкции и по показу учителя). Осваивают и используют элементарные игровые технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником).	Выполняют упражнения с мячом (по инструкции и по показу учителя). Осваивают и используют элементарные игровые технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с

					партнером, командой и соперником).
76	Игры с элементами общеразвивающих упражнений: «Фигуры», «Светофор»	1	Ходьба со сменой положения рук. Комплекс упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп. Подвижные игры на запоминание основных цветов, выполнение действий (по сигналу учителя).	Выполняют ходьбу со сменой положения рук (под контролем учителя). Выполняют упражнения (по инструкции и показу учителя). Участвуют в различных видах игр (по инструкции и по показу учителя), ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя).	Выполняют ходьбу со сменой положения рук (по показу учителя). Выполняют упражнения (по инструкции учителя). Участвуют в различных видах игр (по инструкции учителя).
77	Игры с метанием мяча: «Подвижная цель», «Обгони мяч»	1	Ходьба с хлопками. Комплекс упражнений с волейбольным мячом. Подвижные игры на выполнение передачи – ловли мяча, согласование своих действий с действиями других игроков, соизмерение бросков с расстоянием до цели.	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют 5-6 упражнений с мячом. Осваивают и используют игровые умения.	Выполняют ходьбу (по показу учителя). Выполняют упражнения (по инструкции учителя). Осваивают и используют игровые умения.
78	Подвижные игры на развитие основных движений, навыков бега: «Пусто место», «Бездомный заяц»	1	Ходьба с различным положением рук. Беговые упражнения. Подвижные игры.	Выполняют ходьбу с различным положением рук (по показу и инструкции учителя). Выполняют беговые упражнения. Участвуют в различных видах игр (по инструкции и по показу учителя), ориентируясь на поэтапный показ отдельных	Выполняют ходьбу с различным положением рук (по инструкции учителя). Выполняют беговые упражнения. Участвуют в различных видах игр (по инструкции и показа учителя).

				действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя)	
79	Подвижные игры на развитие основных движений, прыжков: «Волк во рву», «Рыбаки и рыбки»	1	Выполнение медленного бега с сохранением правильной осанки. Комплекс общеразвивающих упражнений с малыми мячами. Прыжки на одной ноге (на месте и с продвижением). Подвижные игры.	Удерживают правильное положение тела во время бега (пооперационный контроль выполнения действий). Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения с предметом. Выполняют прыжки на одной ноге не месте. Участвуют в подвижной игре (под контролем учителя)	Удерживают правильное положение тела во время бега. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения с предметом. Выполняют прыжки. Участвуют в различных видах игр (по инструкции учителя).
80-81	Подвижные игры на развитие основных движений, навыков перелезания: «Наседка и цыплята», «Зайцы, сторож и Жучка»	2	Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения, выполнение ходы и бега между различными ориентирами. Комплекс упражнений с обручем. Перелезание через препятствия различным способом в зависимости от высоты. Подвижные игры.	Выполняют (по показу учителя) построение. Демонстрируют ходьбу и бег. Выполняют упражнения с предметом (после неоднократного показа и по прямому указанию учителя) Выполняют перелезание (с помощью учителя).. Осваивают и используют игровые умения.	Выполняют упражнения по построению, выполняют ходьбу и бег. Выполняют упражнения с предметом (после показа учителем) Выполняют перелезание. Осваивают и используют игровые умения.

82	Эстафета с мячом	1	Ходьба змейкой, в полуприседе. Чередование бега и ходьбы по сигналу. Бросок набивного мяча (вес до 1 кг) различными способами (двумя руками). Эстафета на взаимодействие с одноклассниками.	Удерживают правильное положение тела во время ходьбы (с помощью учителя). Выполняют чередование бега и ходьбы. Бросают набивной мяч из различных исходных положений. Осваивают и используют игровые умения.	Выполняют ходьбу змейкой, в полуприседе. Выполняют чередование бега и ходьбы. Бросают набивной мяч из различных исходных положений. Осваивают и используют игровые умения.
83	Подвижная игра «Филин и пташки»	1	Ходьба с упражнениями для рук. Бег в среднем темпе. Подвижная игра.	Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями (по показу учителя). Демонстрируют бег в среднем темпе. Участвуют в игре по инструкции и (по показу учителя), ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя).	Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями. Демонстрируют бег в среднем темпе. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).
84	Подвижная игра «Бой петухов»	1	Комплекс упражнений на развитие равновесия. Подвижная игра (на взаимодействие).	Выполняют упражнения (с помощью учителя). Осваивают и используют элементарные игровые технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником).	Выполняют упражнения на равновесие (по инструкции учителя). Осваивают и используют элементарные игровые технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с

					партнером, командой и соперником).
Легкая атлетика					
85-86	Техника бега	2	Ходьба с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра. Беговые упражнения. Бег на носках с правильной осанкой.	Выполняют ходьбу с изменением направлений по ориентирам и командам учителя. Выполняют беговые упражнения и бег.	Выполняют ходьбу с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра (по инструкции учителя). Выполняют беговые упражнения и бег.
87-88	Техника высокого старта	2	Ходьба с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра. Беговые упражнения. Выполнение высокого старта.	Выполняют ходьбу с изменением направлений (по ориентирам и командам учителя). Выполняют беговые упражнения. Начинают бег с высокого старта.	Выполняют ходьбу с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра (по инструкции учителя). Выполняют беговые упражнения Начинают бег с высокого старта.
89-90	Техника низкого старта	2	Ходьба перекатом с пятки на носок. Чередование бега и ходьбы. Техника низкого старта. Подвижная игра.	Выполняют ходьбу перекатом с пятки на носок. Осваивают бег с низкого старта, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя). Участвуют в игре (по инструкции учителя).	Выполняют ходьбу перекатом с пятки на носок. Чередуют бег и ходьбу (по сигналу учителя). Выполняют бег с низкого старта. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).

91-92	Прыжок в высоту (с разбега)	2	Ходьба с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями. Бег в среднем темпе. Прыжки в высоту.	Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями (по показу учителя). Демонстрируют бег в среднем темпе. Осваивают прыжок в высоту с прямого разбега способом «перешагивание», ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя).	Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями. Демонстрируют бег в среднем темпе. Прыгают в высоту с прямого разбега способом «перешагивание» (после показа учителем).
93-94	Метание теннисного мяча (правой и левой рукой в цель)	2	Ходьба с изменением направлений по ориентирам и командам учителя. Бег с преодолением простейших препятствий. Метание теннисного мяча в цель (правой и левой рукой).	Выполняют ходьбу с изменением направлений (по ориентирам и командам учителя). Выполняют бег с преодолением простейших препятствий (с помощью учителя). Метают мяч в цель (с помощью учителя).	Выполняют ходьбу с изменением направлений (по ориентирам и командам учителя). Выполняют бег с преодолением простейших препятствий. Метают мяч в цель.
95-97	Метание теннисного мяча (на дальность)	3	Ходьба с упражнениями для рук. Бег в среднем темпе. Метание теннисного мяча на дальность (с места правой и левой рукой).	Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями (по показу учителя). Демонстрируют бег в среднем темпе. Удерживают правильное положение тела в процессе метания (под контролем учителя).	Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями. Демонстрируют бег в среднем темпе. Удерживают правильное положение тела в процессе метания.

98-99	Эстафетный бег	2	Ходьба со сменой положения рук. Комплекс упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп. Преодоление своего этапа и передача эстафетной палочки участнику своей команды.	Выполняют ходьбу со сменой положения рук (под контролем учителя). Выполняют упражнения. Участвуют в соревновательной деятельности.	Выполняют ходьбу со сменой положения рук (по показу учителя). Выполняют упражнения (по инструкции и показу учителя). Участвуют в соревновательной деятельности.
100	Бег на скорость (до 60 м)	1	Беговые упражнения. Ускорение на дистанции в 30 м (бег с низкого старта).	Выполняют беговые упражнения на сокращенной дистанции. Выполняют бег с низкого старта.	Выполняют беговые упражнения ((по показу учителя) и инструкции). Выполняют бег с низкого старта.
101-102	Бег на выносливость: кроссовый бег, чередующийся с быстрой ходьбой	2	Беговые упражнения. Равномерный бег на длинную дистанцию. Правильное удерживание корпуса и рук в медленном беге в сочетании с дыханием.	Выполняют беговые упражнения. Выполняют бег в медленном темпе в чередовании с ходьбой.	Выполняют беговые упражнения. Выполняют бег в медленном темпе, чередующийся с ходьбой.

V. ТЕХНОЛОГИЧЕСКОЕ И МЕТОДИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

Урок 1

<table>
<tr><td>Предмет</td><td colspan="3">Адаптивная физическая культура</td></tr>
<tr><td>Класс</td><td colspan="3">4</td></tr>
<tr><td>Материально-техническое обеспечение</td><td colspan="3">Мультимедийная презентация</td></tr>
<tr><td>Тип урока</td><td colspan="3">Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)</td></tr>
<tr><td>Тема</td><td colspan="3">Предупреждение травм во время занятий</td></tr>
<tr><td>Цель</td><td colspan="3">Предупреждение травматизма во время занятий физкультуры</td></tr>
<tr><td>Задачи</td><td colspan="3">Коррекционно- образовательные: закрепить знания обучающихся о соблюдении техники безопасности на занятиях.Коррекционно-развивающие: закрепить навык выполнения низкого старта, технику стартового разгона и финиширования, развивать скоростно-силовые качестваКоррекционно- воспитательные: воспитать культуру общения, повысить интерес обучающихся к занятиям.</td></tr>
<tr><td rowspan="3">Этапы урока</td><td colspan="3">Содержание деятельности</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Деятельность учителя</td><td colspan="2">Деятельность обучающихся</td></tr>
<tr><td>Минимальный уровень</td><td>Достаточный уровень</td></tr>
<tr><td>1. Организационный этап</td><td>Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия</td><td colspan="2">Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя</td></tr>
</table>

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Беседа о соблюдение техникибезопасности во времявыполнения упражнений	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорных поощрений)	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу целыми предложениями
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение 3-4 упражнений утренней гимнастики.2. Игра по выбору детей	1. Выполняют 3 – 4 упражнения утренней гимнастики по показу.2. Участвуют в подвижной игре по инструкции и показу учителя	1. Выполняют 3 – 4 упражнения утренней гимнастики.2. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторение техники безопасности на уроке физкультуры	Совместно с родителем повторяют технику безопасности на уроке физкультуры	Самостоятельно повторяют технику безопасности на уроке физкультуры
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 2

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Конусы, музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Понятия о предварительной и исполнительной командах

Цель	Повторение понятия о предварительной и исполнительной командах.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить понятие о предварительной и исполнительной командах.Коррекционно- развивающие: содействовать общему укреплению организма.Коррекционно- воспитательные: воспитывать трудолюбие, ответственность, дисциплинированность.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительныйобразец и подсказки учителя	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Включение изученного в систему знаний	1. Повторение строевых действий в соответствии командой.2. Бег в медленном темпе в колонне по одному.3. Выполнение прыжков на двух ногах на месте, с продвижением двух ногах, в стороны.4. Коррекционная игра	1. Зрительно воспринимаютобразец выполнения и соотносят с голосовым (звуковым) сигналомпредварительную иисполнительную команды.2. Выполняют медленный бег за наиболее физически развитым обучающимся из 2 группы, ориентируясь на его пример.3. Прыгают на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в стороны.4. Участвуют в игре поинструкции учителя	1. Ориентируются на образец выполнения предварительной иисполнительной команд.2. Выполняют медленный бег.3. Прыгают на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в стороны.4. Играют в подвижную игру в после инструкции учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторение видов команд	Совместно с родителем осуществляет повторение видов команд	Самостоятельно повторяют виды команд

5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 3

<table>
<tr><td>Предмет</td><td colspan="3">Адаптивная физическая культура</td></tr>
<tr><td>Класс</td><td colspan="3">4</td></tr>
<tr><td>Материально-техническое обеспечение</td><td colspan="3">Фишки, конусы, музыкальное сопровождение</td></tr>
<tr><td>Тип урока</td><td colspan="3">Урок открытия новых знаний</td></tr>
<tr><td>Тема</td><td colspan="3">Ходьба в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук</td></tr>
<tr><td>Цель</td><td colspan="3">Освоение ходьба в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук.</td></tr>
<tr><td>Задачи</td><td colspan="3">Коррекционно- образовательные: обучить технике ходьба в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук.Коррекционно- развивающие: способствовать развитию скоростно-силовых качеств, быстроты, координации.Коррекционно-воспитательные: воспитывать целеустремленность, настойчивость, упорство в достижении поставленной цели.</td></tr>
<tr><td rowspan="3">Этапы урока</td><td colspan="3">Содержание деятельности</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Деятельность учителя</td><td colspan="2">Деятельность обучающихся</td></tr>
<tr><td>Минимальный уровень</td><td>Достаточный уровень</td></tr>
<tr><td>1. Организационный этап</td><td>Приветствие. Ознакомление с построением парами</td><td colspan="2">Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя</td></tr>
</table>

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение попоказу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Открытие «нового» знания	Освоение правил техникиходьба в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук	Осваивают правила техники ходьбы в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рукпо показу учителя и/или с опорой на пример обучающихся из 2 группы выполняют упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя	Осваивают правила техники ходьбы в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рукпо показу учителя
4. Первичное закрепление материала	1. Демонстрация техники ходьба в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук.2. Подвижная игра с бросанием мяча	1. Выполняют ходьбу в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук с опорой на пример обучающихся из 2группы выполняют упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя.2. Осваивают и используют игровые умения	1. Выполняют ходьбу в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук с опоройобразец.2. Осваивают и используют игровые умения
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторить правила техники ходьбы в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук	Совместно с родителем повторяют правила техники ходьбы в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук	Самостоятельно повторяют правила техники ходьбы в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 4

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Конусы, шнур, мел, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Ходьба в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук		
Цель	Закрепление техники ходьбы в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закреплять технику ходьбы в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук.Коррекционно- развивающие: содействовать общему укреплению организма.Коррекционно- воспитательные: воспитывать трудолюбие, ответственность, дисциплинированность.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительныйобразец и подсказки учителя	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец

3. Включение изученного в систему знаний	1. Закрепление ходьбы, сохраняя правильное положение тела.2. Выполнение бега в медленном темпе 80-100 м.3. Выполнение прыжков через шнур, начерченную линию.4. Коррекционная игра	1. Выполняют ходьбу (под контролем учителя).2. Выполняют медленный бег за наиболее физическиразвитым обучающимся из 2 группы, ориентируясь на его пример.3. Прыгают через шнур, начерченную линию по показу учителя.4. Участвуют в игре поинструкции учителя	1. Выполняют ходьбу в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук.2. Выполняют медленный бег.3. Прыгают через шнур, начерченную линию.4. Играют в подвижную игру в после инструкции учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в прыжках через линию	Совместно с родителем осуществляет повторение прыжков через линию	Самостоятельно повторяют прыжки через линию
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 5

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Конусы, скакалка, музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Бег с изменением темпа
Цель	Закрепление техники бега с изменением темпа.

Задачи	Коррекционно- образовательные: закреплять технику бега с изменением темпа.Коррекционно- развивающие: развивать физические качества: быстроту, выносливость, ловкость.Коррекционно- воспитательные: воспитывать культуру общения со сверстниками в условиях игровой и соревновательной деятельности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполнение общеразвивающих упражнений со скакалкой	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняютупражнения с предметом по показу	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения с предметом
3. Включение изученного в систему знаний	1. Закрепление ходьбы, сохраняя правильное положение тела.2. Выполнение бега в медленном темпе 80-100 м.3. Выполнение прыжков через шнур, начерченную линию.4. Коррекционная игра	1. Выполняют ходьбу (под контролем учителя).2. Выполняют медленный бег за наиболее физическиразвитым обучающимся из 2 группы, ориентируясь на его пример.3. Прыгают через шнур, начерченную линию по показу учителя.4. Участвуют в игре поинструкции учителя	1. Выполняют ходьбу в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук.2. Выполняют медленный бег.3. Прыгают через шнур, начерченную линию.4. Играют в подвижную игру в после инструкции учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в прыжках через линию	Совместно с родителем осуществляют повторение прыжков через линию	Самостоятельно повторяют прыжки через линию

5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 6

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Малые мячи, волейбольный мяч		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Прыжки на месте, с продвижением вперед, в сторону, назад на одной ноге		
Цель	Совершенствование техники прыжков на месте , с продвижением вперед, в сторону, назад на одной ноге		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику прыжков на месте, с продвижением вперед, в сторону, назад на одной ноге.Коррекционно- развивающие: развивать физические качества: быстроту, выносливость, ловкость.Коррекционно- воспитательные: воспитывать самостоятельность в выполнении двигательных действий.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполнение общеразвивающих упражнений с малыми мячами	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняютупражнения с предметом по показу	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения с предметом
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение медленного бега с сохранением правильной осанки.2. Выполнение прыжков с продвижением вперед, в сторону, назад на одной ноге.3. Подвижная игра с элементами бега и ведением, и бросками волейбольного мяча	1. Удерживают правильное положение тела во время бега (пооперационный контроль выполнения действий).2. Прыгают на месте с продвижением вперед, в сторону, назад на одной ноге.3. Осваивают и используют игровые умения	1. Удерживают правильное положение тела во время бега.2. Выполняют прыжки в заданном направлении, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры.3. Осваивают и используют игровые умения
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в выполнение прыжков с продвижением вперед, в сторону, назад на одной ноге	Совместно с родителем осуществляют повторение прыжков с продвижением вперед, в сторону, назад на одной ноге	Самостоятельно повторяют прыжки с продвижением вперед, в сторону, назад на одной ноге
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 7

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4

Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Беговые упражнения		
Цель	Закрепление представлений о видах беговых упражнений.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закреплять представления о видах беговых упражнений.Коррекционно- развивающие: содействовать общему укреплению организма и стимулировать функции дыхания.Коррекционно- воспитательные: воспитывать самостоятельность в выполнении двигательных действий.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют общеразвивающие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют общеразвивающие упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1. Повторение названий беговых упражнений и их выполнение.2. Выполнение бега в заданном направлении.3. Эстафета с бегом	1. Повторяют название беговых упражнений и их выполнение с опорой на образец.2. Выполняют различные виды бега: на носках, с высоким подниманием бедра и захлестыванием голени назад.3. Участвуют всоревновательнойдеятельности	1. Повторяют название беговых упражнений и их выполнение.2. Выполняют различные виды бега: на носках, с высоким подниманием бедра и

			захлестыванием голени назад.3. Участвуют в соревновательной деятельности
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторить названия беговых упражнений	Совместно с родителем осуществляют повторение беговых упражнений	Самостоятельно повторяют название беговых упражнений
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 8

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Мячи, музыка для физкультминутки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Прыжки с ноги на ногу до 10-15 м
Цель	Совершенствовать технику прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги», совершенствовать техникутройного прыжка с местаСовершенствовать технику прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги», совершенствовать техникутройного прыжка с местаСовершенствование техники прыжков с ноги на ногу до 10-15 м.
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику прыжков с ноги на ногу до 10-15 м.Коррекционно- развивающие: содействовать общему укреплению организма и стимулировать функции дыхания.Коррекционно- воспитательные: воспитывать самостоятельность в выполнении двигательных действий.

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют общеразвивающие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют общеразвивающие упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение ходьбы на носках, на пятках.2. Выполнение бега в среднем темпе с переходом на ходьбу.3. Выполнение многоскоков.4. Подвижная игра на передачу мячей в колоннах	1. Выполняют ходьбу в умеренном темпе на носках, на пятках.2. Выполняют бега в среднем темпе с переходом на ходьбу с опорой на показ учителя.3. Перепрыгивают с ноги на ногу на отрезках.4. Осваивают и используют игровые умения	1. Выполняют ходьбу в умеренном темпе на носках, на пятках.2. Выполняют бега в среднем темпе с переходом на ходьбу3. Перепрыгивают с ноги на ногу на отрезках.4. Осваивают и используют игровые умения
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в ходьбе на носках, на пятках	Совместно с родителем упражняются в ходьбе на носках, на пятках	Самостоятельно упражняются в ходьбе на носках, на пятках
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 9

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Ускорения до 30 м		
Цель	Развитие скоростных и координационных способностей с помощью беговых упражнений.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: развивать скоростные и координационные способности с помощью беговых упражнений.Коррекционно- развивающие: развивать умение планировать, контролировать и давать оценку своим двигательным действиям.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижение поставленной цели.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1. Выполняют построение попоказу учителя.2. Выполняют общеразвивающие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют общеразвивающие упражнения.

3. Открытие «нового» знания	Чередование бега и ходьбы на расстоянии	Чередуют бег и ходьбу на расстояние с опорой на показ учителя	Чередуют бег и ходьбу на расстояние
4. Первичное закрепление материала	1. Выполнение ходьбы перекатом с пятки на носок.2. Повторение низкого старта, пробегание с максимально возможной скоростью и по возможности не снижение ее до финиша.3. Коррекционная подвижная игра	1. Выполняют ходьбы перекатом с пятки на носок с опорой на образец.2. Выполняют бег с низкого старта по показу.3. Участвуют в игре поинструкции учителя	1. Выполняют ходьбы перекатом с пятки на носок.2. Выполняют бег с низкого старта.3. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в выполнение ходьбы с перекатом с пятки на носок	Совместно с родителем упражняются в выполнение ходьбы с перекатом с пятки на носок	Самостоятельно упражняются в выполнение ходьбы с перекатом с пятки на носок
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 10

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Скакалка, музыка для физкультминутки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Прыжки через скакалку на двух, на одной ноге
Цель	Закрепление умения прыгать через скакалку на двух, на одной ноге.

Задачи	Коррекционно- образовательные: закреплять умение прыгать через скакалку на двух, на одной ноге.Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений и ориентирование в пространстве.Коррекционно- воспитательные: воспитывать самостоятельность в выполнении двигательных действий.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют общеразвивающие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют общеразвивающие упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение ходьбы с различным положением рук.2. Пробегание под скакалкой, перешагивание, перепрыгивание с одной ноги на другую,перепрыгивание на двух ногах через медленно вращающуюся скакалку вперед, с промежуточным подскоком.3. Подвижная игра с элементами общеразвивающих упражнений	1. Выполняют ходьбу с различным положением рук по показу и инструкции учителя.2. Выполняют прыжки через скакалку на двух ногах.3. Участвуют в игре по инструкции учителя	1. Выполняют ходьбу с различным положением рук по показу и инструкции учителя.2. Выполняют прыжки через скакалку на двух, на одной ноге.3. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в прыжках через скакалку	Совместно с родителем осуществляют упражняются в прыжках через скакалку	Самостоятельно упражняются в прыжках через скакалку
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 11

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Малые мячи, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Бег с преодолением простейших препятствий		
Цель	Совершенствование техники бега с препятствиями, развитие скорости и координации способностей.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику бега с препятствиями, развитие скорости и координации способностей.Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений и ориентирование в пространстве.Коррекционно-воспитательные: воспитывать самостоятельность в выполнении двигательных действий.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют общеразвивающие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют общеразвивающие упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение ходьбы с изменением направлений по ориентирам и командам учителя.2. Выполнение бега с преодолением простейших препятствий.3. Подвижная игра с метанием	1. Выполняют ходьбу с изменением направлений по ориентирам и командам учителя.2. Выполняют бег с преодолением простейших препятствий.3. Осваивают и используют игровые умения	1. Выполняют ходьбу с изменением направлений по ориентирам и командам учителя.2. Выполняют бег с преодолением простейших препятствий.3. Осваивают и используют игровые умения
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в беге с преодолением простейших препятствий	Совместно с родителем осуществляют упражняются в беге с преодолением простейших препятствий	Самостоятельно упражняются в беге с преодолением простейших препятствий
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 12

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Большие мячи, музыка для физкультминутки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Челночный бег 3х10 м

Цель	Совершенствование знаний о технике выполнения челночного бега 3х10 м.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать знания о технике выполнения челночного бега 3х10 м.Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений и ориентирование в пространстве.Коррекционно- воспитательные: воспитывать самостоятельность в выполнении двигательных действий.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют общеразвивающие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют общеразвивающие упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение ходьбы с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра.2. Выполнение челночного бега, демонстрирование техники высокого старта.3. Метание мячей с места левой и правой рукой	1. Выполняют ходьбу с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра по показу учителя.2. Выполняют челночный бег 3х10 м с опорой на показ учителя.3. Выполняют метание мячей с места левой и правой рукой	1. Выполняют ходьбу с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра по инструкции учителя.2. Выполняют челночный бег 3х10 м.3. Метают мячи с места левой и правой рукой
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторить технику высокого старта	Совместно с родителем повторяют технику высокого старта	Самостоятельно повторяют технику высокого старта

5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 13

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Малые мячи, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Прыжок в глубину		
Цель	Повторение техники прыжков в глубину.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить технику прыжков в глубину.Коррекционно- развивающие: развивать силовые качества, ловкость, координацию, прыгучесть.Коррекционно- воспитательные: воспитать уважение и доброжелательность друг к другу.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	

	спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия		
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса упражнений типа зарядки.	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекс упражнений наименьшее количество раз	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют комплекс упражнений
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение ходьбы в медленном и быстром темпе.2. Выполнение прыжка технически правильно, отталкиваясь и приземляясь.3. Метание с места в горизонтальную цель	1. Выполняют ходьбу в медленном и быстром темпе.2. Выполняют прыжки после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий), прыгают на двух ногах на месте.3. Осваивают метание с места в горизонтальную цель, ориентируясь на образец выполнения	1. Выполняют ходьбу в медленном и быстром темпе.2. Выполняют прыжки после инструкции и показа учителя.3. Выполняют метание с места в горизонтальную цель
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторить технику прыжка в глубину	Совместно с родителем повторяют технику прыжка в глубину	Самостоятельно повторяют технику прыжка в глубину
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 14

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4

Материально-техническое обеспечение	Малые мячи, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Прыжок с 3-5 беговых шагов в длину с разбега		
Цель	Повторение техники прыжка с 3-5 беговых шагов в длину с разбега.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить технику прыжка с 3-5 беговых шагов в длину с разбега.Коррекционно- развивающие: развивать силовые качества, ловкость, координацию, прыгучесть.Коррекционно- воспитательные: воспитать уважение и доброжелательность друг к другу.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса упражнений типа зарядки.	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекс упражнений наименьшее количество раз	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют комплекс упражнений
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение ходьбы с упражнениями для рук вчередовании с другими движениями.2. Демонстрирование техники прыжка с разбега: правильно разбегаясь, сильно отталкиваясь и мягко приземляясь.3. Метание с места в вертикальную цель	1. Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями по показу учителя.2. Прыгают в длину с небольшого разбега.3. Выполняют метание после инструкции и неоднократного показа учителя	1. Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями.2. Прыгают с небольшого разбега в длину.3. Выполняют метание после инструкции и показа учителя

4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторить технику прыжка в длину	Совместно с родителем повторяют технику прыжка в длину	Самостоятельно повторяют технику прыжка в длину
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 15

Предмет	Адаптивная физическая культура	
Класс	4	
Материально-техническое обеспечение	Набивные мячи, музыка для физкультминутки	
Тип урока	Урок открытия новых знаний	
Тема	Бросок набивного мяча (вес до 1 кг) различными способами двумя руками	
Цель	Формирование умения выполнять броски набивного мяча (вес до 1 кг) различными способами двумя руками.	
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать умение выполнять броски набивного мяча (вес до 1 кг) различными способами двумя руками.Коррекционно- развивающие: развивать умение планировать, контролировать и давать оценку своим двигательным действиям.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижение поставленной цели.	
Этапы урока	Содержание деятельности	
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся

		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1. Выполняют построение попоказу учителя.2. Выполняют общеразвивающие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют общеразвивающие упражнения.
3. Открытие «нового» знания	Определение названия мяча, какие качества развивают упражнения с этим мячом	Определяют название мяча, называют какие упражнения можно выполнять с этим мячом по инструкции учителя	Определяют название мяча, называют какие упражнения можно выполнять с этим мячом
4. Первичное закрепление материала	1. Выполнение броска, согласовывая движения рук и туловища.2. Ходьба со сменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т.д.3. Коррекционная подвижная игра	1. Бросают набивной мяч из различных исходных положений меньшее количество раз.2. Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения обучающего 2 группы или учителя.3. Участвуют в игре поинструкции учителя	1. Бросают набивной мяч из различных исходных положений.2. Выполняют ходьбу со сменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т.д.3. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторение техники броска набивного мяча	Совместно с родителем повторяют технику броска набивного мяча	Самостоятельно повторяют технику броска набивного мяча
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 16

Предмет	Адаптивная физическая культура

Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Скакалка, набивные мячи, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Чередование бега и быстрой ходьбы		
Цель	Закрепление умения чередовать бег и быструю ходьбу.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить навыки бега в чередовании с быстрой ходьбой.Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений и ориентирование в пространстве.Коррекционно- воспитательные: воспитывать самостоятельность в выполнении двигательных действий.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняютобщеразвивающие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют общеразвивающие упражнения

3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение ходьбы змейкой, в полуприседе.2. Чередование бега и ходьбы по сигналу.3. Выполнение броска набивного мяча (вес до 1 кг) различными способами двумя руками	1. Удерживают правильное положение тела во время ходьбы (с помощью учителя).2. Выполняют чередование бега и ходьбы.3. Бросают набивной мяч из различных исходныхположений меньшее количество раз	1. Выполняют ходьбу змейкой, в полуприседе.2. Выполняют чередование бега и ходьбы.3. Бросают набивной мяч из различных исходных положений
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в чередование бега и ходьбы	Совместно с родителем осуществляют упражняются в чередование бега и ходьбы	Самостоятельно упражняются в чередование бега и ходьбы
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 17

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Теннисные мячи, музыка для физкультминутки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Прыжки в высоту с места толчком двух ног
Цель	Совершенствование техники прыжка в высоту с места толчком двух ног.

Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику прыжка в высоту с места толчком двух ног.Коррекционно- развивающие: развивать физические качества: быстроту, прыгучесть, координацию, быстроту реакции, ловкость.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, доброжелательность, устойчивый интерес к двигательной активности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют общеразвивающие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют общеразвивающие упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение ходьбы приставным шагом правое/левое плечо вперед.2. Выполнение прямолинейного бега с параллельной постановкой стоп.3. Выполнение прыжка из правильного исходного положения.4. Метание теннисного мяча с места одной рукой на дальность	1. Выполняют ходьбу приставным шагом правое/левое плечо вперед, ориентируясь на образец выполнения обучающего 2 группы или учителя.2. Выполняют прямолинейного бега с параллельной постановкой стоп с опорой на показ.3. Прыгают в высоту с места толчком двух ног после инструкции и неоднократного показа учителем.4. Выполняют метание после инструкции и неоднократного показа учителя	1. Выполняют ходьбу приставным шагом правое/левое плечо вперед по сигналу учителя.2. Выполняют прямолинейного бега с параллельной постановкой стоп3. Прыгают в высоту с места толчком двух ног.4. Выполняют метание после инструкции учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в чередование бега и ходьбы	Совместно с родителем осуществляют упражняются в чередование бега и ходьбы	Самостоятельно упражняются в чередование бега и ходьбы

5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 18

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Мультимедийная презентация, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Осанка		
Цель	Формирование навыка правильной осанки.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать навык правильной осанки.Коррекционно- развивающие: развивать координацию, силу, скорость, выносливость.Коррекционно- воспитательные: воспитывать упорство и потребность к занятиям физическими упражнениями.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1. Выполняют построение попоказу учителя.2. Выполняют общеразвивающие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют общеразвивающие упражнения.
3. Открытие «нового» знания	Беседа о правильной осанке	Получают элементарные теоретические сведения о правильной осанке, зрительно воспринимают и оценивают образец удержания правильной осанки	Получают элементарные теоретические сведения о правильной осанке, зрительно воспринимают и оценивают образец удержания правильной осанки
4. Первичное закрепление материала	1. Выполнение упражнений, направленные на формирования навыка правильной осанки.2. Подвижная игра с бегом	1. Выполняют практические задания с заданными параметрами (демонстрируют правильную осанку, подбирают ответы на вопрос по предоставленным карточкам) с помощью педагога.2. Участвуют в игре поинструкции учителя	1. Выполняют практические задания с заданными параметрами (демонстрируют правильную осанку, упражнения на формирования правильной осанки).2. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторение теоретических сведений о правильной осанке	Совместно с родителем повторяют теоретические сведения о правильной осанке	Самостоятельно повторяют теоретические сведения о правильной осанке
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 19

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4

Материально-техническое обеспечение	Мультимедийная презентация, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Физические качества		
Цель	Развитие двигательных умений и совершенствование физических качеств, определение понятия - физические качества.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать у обучающихся умения правильно выполнять строевые упражнения.1. Коррекционно-развивающие: развивать навыки контроля и самоконтроля, давать оценку своим двигательным действиям.Коррекционно-воспитательные: воспитывать сознательную дисциплинированность, усердие и трудолюбие для достижения планируемых результатов.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1. Выполняют построение попоказу учителя.2. Выполняют общеразвивающие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют общеразвивающие упражнения.
3. Открытие «нового» знания	Беседа об основных физическихкачествах и упражнениях на их развитие	Просматривают и рассматривают наглядные материалы, слушают учителя о роли средств гимнастики для развития двигательных способностей и физических качеств человека	Просматривают и рассматривают наглядные материалы, слушают учителя о роли средств гимнастики для развития двигательных способностей и физических качеств человека

4. Первичное закрепление материала	1. Выполнение упражнений, направленные на формирования физических качеств.2. Подвижная игра с бегом	1. Выполняют практические задания с заданными параметрами (подбирают ответы на вопрос по предоставленным карточкам) с помощью педагога.2. Участвуют в игре поинструкции учителя	1. Выполняют практические задания с заданными параметрами (упражнения на формирования физических качеств).2. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторение о роли средств гимнастики для развития двигательных способностей и физических качеств человека	Совместно с родителем повторяют роль средств гимнастики для развития двигательных способностей и физических качеств человека	Самостоятельно повторяют роль средств гимнастики для развития двигательных способностей и физических качеств человека
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 20

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Мячи, музыка для физкультминутки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Построение в шеренгу по одному, равнение, перестроение в колонну по одному
Цель	Совершенствование техники построения в шеренгу по одному, равнение, перестроение в колонну по одному.

Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику построения в шеренгу по одному, равнение, перестроение в колонну по одному.Коррекционно- развивающие: развивать физические качества: быстроту, прыгучесть, координацию, быстроту реакции, ловкость.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, доброжелательность, устойчивый интерес к двигательной активности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняютобщеразвивающие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют общеразвивающие упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1. Игровые задания на нахождение своего места в строю, выполнение строевой стойки, соблюдение интервала, выполнение строевых действия во время равнения, размыкание приставным шагом в сторону.2. Подвижная игра с бегом	1. Выполняют упражнение по показу учителя.2. Участвуют в игре по инструкции учителя	1. Выполняют упражнение по сигналу.2. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в чередование бега и ходьбы	Совместно с родителем осуществляют упражняются в чередование бега и ходьбы	Самостоятельно упражняются в чередование бега и ходьбы
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 21

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Большие мячи, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Перестроение из колонны по одному в колонну по два и из колонны по два в колонну по одному в движении, с поворотом направо и налево		
Цель	Совершенствование техники перестроения из колонны по одному в колонну по два и из колонны по два в колонну по одному в движении, с поворотом направо и налево.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику перестроения из колонны по одному в колонну по два и из колонны по два в колонну по одному в движении, с поворотом направо и налево.Коррекционно- развивающие: развивать физические качества: быстроту, прыгучесть, координацию, быстроту реакции, ловкость.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, доброжелательность, устойчивый интерес к двигательной активности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполнение общеразвивающих упражнений с большим мячом	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют упражнения с предметами меньшее количество раз	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют упражнения с предметами по показу учителя
3. Включение изученного в систему знаний	1. Игровые задания на нахождение своего места в строю.2. Перестроение в движении, соблюдение интервала и дистанции.3. Подвижная игра с лазанием	1. Участвуют в игровой деятельности под контролем педагога.2. Выполняют упражнение по показу учителя, по пошаговой/ поэтапной инструкции педагога.3. Осваивают и используют игровые умения	1. Выполняют игровые задания по команде учителя.2. Выполняют упражнение по сигналу/ команде учителя, ориентируюсь на зрительно-пространственные опоры.3. Осваивают и используют игровые умения
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений с мячом	Совместно с родителем выполняют упражнения с мячом	Самостоятельно выполняют упражнения с мячом
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 22

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Скамейки, большие мячи, музыка для физкультминутки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Размыкание от середины на вытянутые руки приставными шагами вправо, влево. Основные положения и движения рук, ног, туловища, головы: асимметричные движения рук

Цель	Совершенствование способности выполнять перестроения, упражнения для ориентировки.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать понятия и базы о размыканиях в шеренге и колонне, умению выполнять ходьбу по скамейке с различным положением рук.Коррекционно- развивающие: развивать физические качества: быстроту, прыгучесть, координацию, быстроту реакции, ловкость.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, доброжелательность, устойчивый интерес к двигательной активности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполнение общеразвивающих упражнений с большим мячом	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют упражнения с предметами меньшее количество раз	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют упражнения с предметами по показу учителя
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение размыкания по команде учителя, выполнение наклонов, поворотов туловища в сочетании с движениями рук и ног, выпадов правой и левой ногой, переходов из упора присев в упор лежа, приседаний, наклонов головы.2. Подвижная игра с прыжками	1. Выполняют основные положения и движения рук, ног, туловища, головы с наименьшим количеством повторений, по возможности.2. Осваивают и используют игровые умения	1. Выполняют основные положения и движения рук, ног, туловища, головы после показа учителем.2. Осваивают и используют игровые умения
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений приседаний и наклонов головы	Совместно с родителем приседают и выполняют наклоны головы	Самостоятельно приседают и выполняют наклоны головы

5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 23

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Повороты «направо», «налево». Ходьба и бег «змейкой»		
Цель	Совершенствование способности выполнять повороты «направо», «налево», ходьбы и бега «змейкой».		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать способности выполнять повороты «направо», «налево», ходьбы и бега «змейкой».Коррекционно- развивающие: развивать физические качества: быстроту, прыгучесть, координацию, быстроту реакции, ловкость.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, доброжелательность, устойчивый интерес к двигательной активности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют упражнения с предметами меньшее количество раз	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют упражнения с предметами по показу учителя
3. Включение изученного в систему знаний	1. Ориентирование в схеме своего тела.2. Совершенствование функции дыхания во время ходьбы и бега	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений.2. Выполняют ходьбу и бег «змейкой»	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений.2. Выполняют ходьбу и бег «змейкой»
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ходьбы и бега «змейкой»	Совместно с родителем выполняют ходьбу и бег «змейкой»	Самостоятельно выполняют ходьбу и бег «змейкой»
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 24

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Гимнастическая стенка, музыка для физкультминутки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)

Тема	Лазание по гимнастической стенке вверх-вниз разноименным способом, с одновременной перестановкой руки и ноги		
Цель	Создание условия для формирования у учащихся представления о технике выполнения лазания по гимнастической стенке вверх вниз разноименным способом.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику лазания по гимнастической стенке вверх-вниз разноименным способом.Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать умение обучающихся взаимодействовать со сверстниками в игровой деятельности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполнение коррегирующих упражнений на дыхание	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют коррегирующих упражнений на дыхание	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют коррегирующих упражнений на дыхание
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение лазания по гимнастической стенке разноименным способом ставя ноги на каждую рейку или через одну.2. Коррекционная игра	1. Выполняют упражнения в лазание на меньшую высоту.2. Участвуют в игре по инструкции учителя	1. Выполняют упражнения в лазание.2. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение коррегирующих упражнений на дыхание	Совместно с родителем выполняют коррегирующих упражнений на дыхание	Самостоятельно выполняют коррегирующих упражнений на дыхание

5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 25

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Гимнастические скамейки, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Ползание на четвереньках в медленном темпе по горизонтальной гимнастической скамейке		
Цель	Формирование навыков ползания на четвереньках в медленном темпе по горизонтальной гимнастической скамейке.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: продолжать обучение ползанью на четвереньках в медленном темпе по горизонтальной гимнастической скамейке.Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать умение обучающихся взаимодействовать со сверстниками в игровой деятельности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	

	формы и обуви, освобожденных от занятия		
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполнение упражнений на равновесие	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют упражнения в равновесии по показу учителя, по возможности	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют упражнения в равновесии по инструкции учителя
3. Включение изученного в систему знаний	1. Передвижение по гимнастической скамейке, приняв правильное положение упора.2. Подвижная игра с элементами лазания	1. Выполняют упражнения в ползании, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы.2. Осваивают и используют игровые умения	1. Выполняют упражнения в ползании после инструкции учителя.2. Осваивают и используют игровые умения
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений на равновесие	Совместно с родителем выполняют упражнений на равновесие	Самостоятельно выполняют упражнений на равновесие
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 26

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Гимнастические палки, гимнастические скамейки, музыка для физкультминутки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)

Тема	Упражнения с гимнастическими палками		
Цель	Совершенствования навыка выполнения общеразвивающих упражнений с гимнастической палкой.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать навык выполнения общеразвивающих упражнений с гимнастической палкой.Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать умение обучающихся взаимодействовать со сверстниками в игровой деятельности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполнение упражнений на равновесие	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют упражнения в равновесии по показу учителя, по возможности	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют упражнения в равновесии по инструкции учителя
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение упражнений с гимнастической палкой: удержание гимнастической палки двумя руками хватом снизу и сверху, над головой, на уровне лопаток, перекладывание, поднимание, подбрасывание и ловля, перешагивание.2. Выполнение ползания на четвереньках в медленном темпе по горизонтальной гимнастической скамейке	1. Выполняют упражнения с гимнастической палкой после неоднократного показа по прямому указанию учителя.2. Выполняют ползание на четвереньках в медленном темпе по горизонтальной гимнастической скамейке с помощью учителя, по возможности	1. Выполняют упражнения с гимнастической палкой после показа учителем.2. Выполняют ползание на четвереньках в медленном темпе по горизонтальной гимнастической скамейке по показу учителя

4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений на равновесие	Совместно с родителем выполняют упражнений на равновесие	Самостоятельно выполняют упражнений на равновесие
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 27

Предмет	Адаптивная физическая культура	
Класс	4	
Материально-техническое обеспечение	Гимнастические скамейки, мячи, музыка для физкультминутки	
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)	
Тема	Упражнения на формирования правильной осанки	
Цель	Освоение упражнений для формирования правильной осанки.	
Задачи	Коррекционно- образовательные: осваивать инструкцию по ТБ, правила игры, упражнений для формирования осанки.Коррекционно-развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать умение обучающихся взаимодействовать со сверстниками в игровой деятельности.	
Этапы урока	Содержание деятельности	
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся

		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполнение упражнений на равновесие	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют упражнения в равновесии по показу учителя, по возможности	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют упражнения в равновесии по инструкции учителя
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение различных видов ходьбы с изменением положений рук, ходьбы по гимнастической скамейке, перешагивание через предметы.2. Эстафеты с мячом	1. Выполняют упражнения для расслабления мышц, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы.2. Участвуют в соревновательной деятельности	1. Выполняют упражнения для расслабления мышц по показу и инструкции учителя.2. Участвуют в соревновательной деятельности
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений для формирование правильной осанки	Совместно с родителем выполняют упражнения для формирование правильной осанки	Самостоятельно выполняют упражнения для формирование правильной осанки
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 28

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4

Материально-техническое обеспечение	Мячи, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Тренировка дыхания		
Цель	Освоение упражнений для тренировки правильного дыхания.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: осваивать упражнения для тренировки правильного дыхания.Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, правильного дыхания.Коррекционно- воспитательные: воспитывать умение обучающихся взаимодействовать со сверстниками в игровой деятельности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполнение упражнений на формирование правильной осанки	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют упражнения на формирование правильной осанки по показу учителя, по возможности	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют упражнения на формирование правильной осанки по инструкции учителя
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение перестроения из колонны по одному в колонну по два и из колонны по два в колонну по одному в движении, с поворотом направо и налево.2. Выполнение	1. Выполняют упражнение по показу учителя, по пошаговой/ поэтапной инструкции педагога.2. Получают элементарные сведения о правилах дыхания во время ходьбы и бега.3.	1. Выполняют упражнение по сигналу/ команде учителя, ориентируюсь на зрительно-пространственные опоры.2. Получают элементарные сведения о правилах дыхания во

	дыхательных упражнений в ходьбе и беге.3. Коррекционная подвижная игра	Участвуют в игре по инструкции учителя	время ходьбы и бега.3. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений на дыхание	Совместно с родителем выполняют упражнения на дыхание	Самостоятельно выполняют упражнения на дыхание
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 29

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Мячи, гимнастические палки, музыка для физкультминутки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Ходьба с предметом на голове, сохраняя правильную осанку
Цель	Освоение ходьбы с предметом на голове, сохраняя правильную осанку.
Задачи	Коррекционно- образовательные: осваивать ходьбу с предметами на голове, сохраняя правильную осанкуКоррекционно- развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, правильной осанки.Коррекционно- воспитательные: воспитывать умение обучающихся взаимодействовать со сверстниками в игровой деятельности.
Этапы урока	Содержание деятельности

	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполнение упражнений на формирование правильной осанки	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют упражнения на формирование правильной осанки по показу учителя, по возможности	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют упражнения на формирование правильной осанки по инструкции учителя
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение упражнений с гимнастической палкой.2. Удержание в ходьбе предмета на голове, сохраняя правильную осанку.3. Коррекционная подвижная игра	1. Выполняют упражнения с предметом меньшее количество повторений.2. Выполняют ходьбу с предметом на голове, сохраняя правильную осанку по прямому указанию учителя.3. Участвуют в игре по инструкции учителя	1. Выполняют упражнения с предметом по инструкции учителя.2. Выполняют ходьбу с предметом на голове, сохраняя правильную осанку.3. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений в ходьбе предмета на голове, сохраняя правильную осанку	Совместно с родителем упражняться в ходьбе предмета на голове, сохраняя правильную осанку	Самостоятельно упражняться в ходьбе предмета на голове, сохраняя правильную осанку
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 30

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Мячи, гимнастические скамейки, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Упражнения для развития пространственно- дифференцировки		
Цель	Освоение упражнений для развития пространственно- дифференцировки.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: осваивать упражнения для развития пространственно- дифференцировки.Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств.Коррекционно- воспитательные: воспитывать умение обучающихся взаимодействовать со сверстниками в игровой деятельности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполнение развивающих упражнений	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют развивающие упражнений по показу учителя, по возможности	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют развивающие упражнения по инструкции учителя

3. Включение изученного в систему знаний	1. Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения, выполнение ходы и бега между различными ориентирами, прохождение по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам2. Удержание в ходьбе предмета на голове, сохраняя правильную осанку.3. Коррекционная подвижная игра	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений с помощью учителя, по возможности.2. Выполняют ходьбу с предметом на голове, сохраняя правильную осанку по прямому указанию учителя.3. Участвуют в игре по инструкции учителя	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений по показу учителя.2. Выполняют ходьбу с предметом на голове, сохраняя правильную осанку.3. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений для развития пространственно- дифференцировки	Совместно с родителем выполняют упражнения для развития пространственно-дифференцировки	Самостоятельно выполняют упражнения для развития пространственно-дифференцировки
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 31

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Гимнастические скамейки, музыка для физкультминутки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Упражнения для развития точности движений
Цель	Освоение упражнений для развития точности движений.

Задачи	Коррекционно- образовательные: осваивать упражнения для развития точности движений.Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, точности движений.Коррекционно- воспитательные: воспитывать умение обучающихся взаимодействовать со сверстниками в игровой деятельности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполнение упражнений на равновесие	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют упражнений на равновесие по показу учителя, по возможности	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют упражнения на равновесие по инструкции учителя
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение ходьбы по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам.2. Подвижная игра с бегом	1. Выполняют по показу учителя упражнения для развития точности движений и равновесия, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы.2. Участвуют в игре по инструкции учителя	1. Выполняют упражнения для развития точности движений и равновесия, ориентируясь на образец выполнения учителем.2. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений для развития точности движений	Совместно с родителем выполняют упражнения для развития точности движений	Самостоятельно выполняют упражнения для развития точности движений
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 32

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Обруч, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Упражнения с обручем		
Цель	Формирование умений выполнять упражнения с обручем.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: научить выполнять упражнения с обручем.Коррекционно- развивающие: развивать навык взаимодействия обучающихся, быстроту, ловкость, внимание, координацию движений.Коррекционно- воспитательные: воспитание дисциплинированности, организованности, трудолюбия.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполнение упражнений на равновесие	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют упражнений на равновесие по показу учителя, по возможности	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют упражнения на равновесие по инструкции учителя

3. Включение изученного в систему знаний	1. Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения, выполнение ходы и бега между различными ориентирами. 2.Выполнение упражнений с предметом: удержание обруча двумя руками, перекладывание из одной руки в другую, выполнение различных исходных положений с обручем в руках, наклоны, приседания, прыжки, переступание	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений с помощью учителя, по возможности. 2.Выполняют упражнения с предметами после неоднократного показа по прямому указанию учителя	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений по показу учителя.2.Выполняют упражнения с предметами после показа учителем
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений с обручем	Совместно с родителем выполняют упражнения с обручем	Самостоятельно выполняют упражнения с обручем
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 33

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Обруч, большие мячи, музыка для физкультминутки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Подлезание под препятствием высотой до 1 м
Цель	Формирование навыка подлезания под препятствия.

Задачи	Коррекционно- образовательные: разучить технику постановки рук при подлезании под препятствия.Коррекционно- развивающие: развивать согласованность движений рук и ног.Коррекционно- воспитательные: воспитывать осознанность в выполнении двигательных действий.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполнение общеразвивающих упражнений с большим мячом	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют упражнения с предметами меньшее количество раз	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют упражнения с предметами по показу учителя
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение упражнений с обручем.2.Выполнение подлезания подпрепятствием, используя способ движения: в опоре на предплечья, по-пластунски.3.Эстафеты с обручем	1. Выполняют упражнения спредметами после неоднократного показа попрямому указанию учителя.2.Выполняют подлезание подпрепятствием высотой 40-50 см, ориентируясь на образецвыполнения учителем и/илиобучающимися 2 группы.3.Участвуют всоревновательной деятельности	1.Выполняют упражнения с предметами после показа учителем.2.Выполняют подлезание под препятствием высотой 40- 50 см.3.Участвуют в соревновательной деятельности
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений с обручем	Совместно с родителем выполняют упражнения с обручем	Самостоятельно выполняют упражнения с обручем

5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 34

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Гимнастический козел, гимнастическое бревно, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Перелезание через гимнастического козла, гимнастическое бревно		
Цель	Формирование техники перелезания через гимнастического козла, гимнастическое бревно.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: сформировать технику перелезания через гимнастического козла, гимнастическое бревно.Коррекционно- развивающие: развивать координацию, силу, гибкость.Коррекционно- воспитательные: воспитывать культуру общения обучащихся, взаимовыручку, внимательность.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют упражнения с предметами меньшее количество раз	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют упражнения с предметами по показу учителя
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение упражнения в перелезании с опорой на грудь (живот) через препятствия. 2.Подвижная игра с элементами общеразвивающих упражнений	1.Преодолевают препятствия с помощью учителя, по возможности.2.Участвуют в игре по инструкции учителя	1. Преодолевают препятствия после инструкции учителя. 2.Играют в подвижную игру после инструкции учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение общеразвивающих упражнений	Совместно с родителем выполняют общеразвивающие упражнения	Самостоятельно выполняют общеразвивающие упражнения
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 35

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Гимнастическая скамейка, мячи, музыка для физкультминутки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Ходьба по гимнастической скамейке прямо, правым, левым боком с различными положениями рук, с мячом в руках, бросанием и ловлей

Цель	Закрепление умения правильно выполнять ходьбу по гимнастической скамейке.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить умение правильно выполнять ходьбу по гимнастической скамейке.Коррекционно-развивающие: развивать силовые качества, выносливость.Коррекционно- воспитательные: воспитывать чувство взаимопомощи.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют упражнения с предметами меньшее количество раз	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют упражнения с предметами по показу учителя
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение комплекса упражнений типа зарядки. 2.Сохранение равновесия на ограниченной поверхности, выполняя передвижения, двигательные действия с мячом	1.Выполняют комплекс меньшее количество повторений.2.Выполняют ходьбу по гимнастической скамейке прямо, правым, левым боком с различными положениями рук после неоднократного показа по прямому указанию учителя	1. Выполняют комплекс упражнений по показу учителя. 2.Выполняют ходьбу по гимнастической скамейке прямо, правым, левым боком с различными положениями рук самостоятельно
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение общеразвивающих упражнений	Совместно с родителем выполняют общеразвивающие упражнения	Самостоятельно выполняют общеразвивающие упражнения
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 36

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Гимнастическая скамейка, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Ходьба по гимнастической скамейке парами		
Цель	Закрепление умения правильно выполнять ходьбу по гимнастической скамейке парами.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить умение правильно выполнять ходьбу по гимнастической скамейке парами.Коррекционно-развивающие: способствовать развитию правильной осанки, равновесия, координации движений.Коррекционно- воспитательные: воспитывать чувство взаимопомощи.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют упражнения с предметами меньшее количество раз	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2.

			Выполняют упражнения с предметами по показу учителя
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение упражнений для развития мышц кистей рук и пальцев.2.Выполнение ходьбы по гимнастической скамейке парами управление равновесием, взаимодействие слаженно	1. Выполняют упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев по показу учителя.2.Выполняют упражнения на равновесие по возможности	1. Выполняют упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев по показу учителя. 2.Выполняют упражнения на равновесие по показу учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений для развития мышц кистей рук и пальцев	Совместно с родителем выполняют упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев	Самостоятельно выполняют упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 37

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Гимнастическая скамейка, музыка для физкультминутки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Ходьба по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам
Цель	Закрепление умения правильно выполнять ходьбу по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам .

Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить умение правильно выполнять ходьбу по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам.Коррекционно- развивающие: способствовать развитию правильной осанки, равновесия, координации движений.Коррекционно- воспитательные: воспитывать чувство взаимопомощи.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют упражнения с предметами меньшее количество раз	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют упражнения с предметами по показу учителя
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение упражнений сохраняя равновесие и преодолеваяпрепятствия.2.Подвижная игра с бегом и прыжками	1.Выполняют упражнения на равновесие, преодолевают препятствия с помощью учителя.2.Участвуют в игре по инструкции учителя	1. Выполняют упражнения на равновесие, преодолевают препятствия по инструкции учителя.2.Играют в подвижную игру после инструкции учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений на равновесие	Совместно с родителем выполняют упражнения на равновесие	Самостоятельно выполняют упражнения на равновесия
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 38

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Гимнастическая скамейка, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Расхождение вдвоем поворотом при встрече на гимнастической скамейке		
Цель	Развитие координации движений через выполнение серий упражнений на гимнастической скамейке.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: ознакомить с новым способом передвижения по гимнастической скамейке.Коррекционно-развивающие: способствовать развитию правильной осанки, равновесия, координации движений.Коррекционно- воспитательные: воспитывать чувство взаимопомощи.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительныйобразец и подсказки учителя	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец

3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение упражнений сохраняя равновесие при выполнении упражнения на гимнастической скамейке.2.Подвижная игра с бегом и прыжками	1. Выполняют упражнения на равновесие после неоднократного показа по прямому указанию учителя. 2.Участвуют в игровых заданиях (в паре)	1.Выполняют упражнения на равновесие после показа учителем.2.Участвуют в соревновательной деятельности
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений на равновесие	Совместно с родителем выполняют упражнения на равновесие	Самостоятельно выполняют упражнения на равновесия
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 39

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Музыка для физкультминутки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Стойка на одной ноге, другая согнута вперед, руки в различных исходных положениях
Цель	Формирование представления о равновесии и упражнениях на развитие равновесия.
Задачи	Коррекционно- образовательные: обучать элементам равновесия (стойка на одной ноге, другая согнута вперед, руки в различных исходных положениях).Коррекционно- развивающие: способствовать развитию правильной осанки, равновесия, координации движений.Коррекционно- воспитательные: воспитывать чувство ответственности за порученное задание.

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительныйобразец и подсказки учителя	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнения упражнения в перелезании с опорой на грудь (живот) через препятствия. 2.Удержание равновесия при выполнении стойки на одной ноге с различными положениями рук	1.Преодолевают препятствия с помощью учителя, по возможности.2.Выполняют упражнения в равновесии после неоднократного показа учителя	1. Преодолевают препятствия после инструкции учителя. 2.Выполняют упражнения на равновесие
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений на равновесие	Совместно с родителем выполняют упражнения на равновесие	Самостоятельно выполняют упражнения на равновесия
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 40

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Обруч, набивные мячи, скамейка, гимнастический мат, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Переноска грузов		
Цель	Формирование умения выполнять скручивания из различных исходных положений методом передачи предметов из рук в руки.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать умение выполнять скручивания из различных исходных положений методом передачи предметов из рук в руки.Коррекционно- развивающие: развивать крупную моторику, гибкость, умение согласованно в парах выполнять движения.Коррекционно- воспитательные: воспитывать умение вести себя на уроке, следуя указаниям учителя.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительныйобразец и подсказки учителя	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец

3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение упражнений с обручем.2.Выполнение подлезания под препятствием, используя способ движения: в опоре на предплечья, по-пластунски.3.Выполнение упражнений в переноске набивных мячей, общим весом до 5 кг на расстояние 10-15 м, матов, скамеек	1. Выполняют упражнения с предметами после неоднократного показа по прямому указанию учителя.2.Выполняют подлезание под препятствием высотой 40-50 см, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. 3.Переносят груз и передают предметы с помощью учителя	1. Выполняют упражнения с предметами после показа учителем.2.Выполняют подлезание под препятствием высотой 40- 50 см.3.Переносят груз и передают предметы
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений с обручем	Совместно с родителем выполняют упражнения с обручем	Самостоятельно выполняют упражнения с обручем
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 41

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Набивные мячи, гимнастические скамейки, музыка для физкультминутки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Игры с элементами корригирующих упражнений: «Ловишки- хвостики», «Салки»
Цель	Выполнение игровых действий.

Задачи	Коррекционно- образовательные: выполнять игровые действия.Коррекционно- развивающие: закрепить навык выполнения низкого старта, технику стартового разгона и финиширования, развивать скоростно- силовые качестваКоррекционно- воспитательные: воспитать культуру общения, повысить интерес обучающихся к занятиям.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения, выполнение ходы и бега между различными ориентирами.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений с помощью учителя, по возможности.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют по показуучителя упражнения дляформирования пространственныхпредставлений по показу учителя.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение общеразвивающих упражнений с малыми мячами.2.Выполнение ходьбы по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам.3. Подвижные игры на выполнение упражнений в беге в различных направлениях, на скорость не наталкиваясь, друг на друга, выполнение действий по сигналу и согласно правилам игры	1. Выполняют ходьбу по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам с помощью педагога.2. Выполняют общеразвивающие упражнения с предметами меньшее количество повторений.3. Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя)	1. Выполняют общеразвивающие упражнения с предметами.2.Выполняют ходьбу по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам. 3.Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя

4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ходьбы со сменой положения рук	Совместно с родителем выполняют ходьбу со сменой положения рук	Самостоятельно выполняют ходьбу со сменой положения рук
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 42

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Набивные мячи, гимнастические скамейки, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Игры с элементами корригирующих упражнений: «Ловишки- хвостики», «Салки»		
Цель	Выполнение игровых действий.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: выполнять игровые действия.Коррекционно- развивающие: закрепить навык выполнения низкого старта, технику стартового разгона и финиширования, развивать скоростно- силовые качестваКоррекционно- воспитательные: воспитать культуру общения, повысить интерес обучающихся к занятиям.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения, выполнение ходы и бега между различными ориентирами.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений с помощью учителя, по возможности.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют по показуучителя упражнения дляформирования пространственныхпредставлений по показу учителя.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение общеразвивающих упражнений с малыми мячами.2.Выполнение ходьбы по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам.3. Подвижные игры на выполнение упражнений в беге в различных направлениях, на скорость не наталкиваясь, друг на друга, выполнение действий по сигналу и согласно правилам игры	1. Выполняют ходьбу по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам с помощью педагога.2. Выполняют общеразвивающие упражнения с предметами меньшее количество повторений.3. Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя)	1. Выполняют общеразвивающие упражнения с предметами.2.Выполняют ходьбу по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам. 3.Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ходьбы со сменой положения рук	Совместно с родителем выполняют ходьбу со сменой положения рук	Самостоятельно выполняют ходьбу со сменой положения рук
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 43

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Мячи, скакалка, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Игры на развитие внимания, памяти, точности движений: «Школа мяча»		
Цель	Выполнение игровых действий.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: выполнять игровые действия.Коррекционно- развивающие: закрепить навык выполнения низкого старта, технику стартового разгона и финиширования, развивать скоростно- силовые качестваКоррекционно- воспитательные: воспитать культуру общения, повысить интерес обучающихся к занятиям.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения, выполнение ходы и бега между различными ориентирами.2.	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений с помощью учителя, по возможности.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец	1. Выполняют по показуучителя упражнения дляформирования пространственныхпредставлений по показу учителя.2. Смотрят образец выполнения

	Выполнение комплекса утренней гимнастики.	выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение упражнений со скакалкой.2.Бросание и ловля мяча из разных положений, двумя руками, правой и левой рукой.3.Выполнение прыжков через скакалку на двух ногах	1.Выполняют упражнения со скакалкой по возможности.2.Осваивают и используют игровые умения.3. Осваивают прыжки через скакалку по возможности	1. Выполняют упражнения со скакалкой по показу учителя. 2.Осваивают и используют игровые умения.3. Прыгают через скакалку на двух ногах
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: Выполнение прыжков на двух ногах	Совместно с родителем выполняют прыжки на двух ногах	Самостоятельно выполняют прыжки на двух ногах
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 44

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Мячи, скакалка, музыка для физкультминутки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Игры на развитие внимания, памяти, точности движений: «Школа мяча»
Цель	Выполнение игровых действий.

Задачи	Коррекционно- образовательные: выполнять игровые действия.Коррекционно- развивающие: закрепить навык выполнения низкого старта, технику стартового разгона и финиширования, развивать скоростно- силовые качестваКоррекционно- воспитательные: воспитать культуру общения, повысить интерес обучающихся к занятиям.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения, выполнение ходы и бега между различными ориентирами.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений с помощью учителя, по возможности.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют по показуучителя упражнения дляформирования пространственныхпредставлений по показу учителя.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение упражнений со скакалкой.2.Бросание и ловля мяча из разных положений, двумя руками, правой и левой рукой.3.Выполнение прыжков через скакалку на двух ногах	1.Выполняют упражнения со скакалкой по возможности.2.Осваивают и используют игровые умения.3. Осваивают прыжки через скакалку по возможности	1. Выполняют упражнения со скакалкой по показу учителя. 2.Осваивают и используют игровые умения.3. Прыгают через скакалку на двух ногах
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: Выполнение прыжков на двух ногах	Совместно с родителем выполняют прыжки на двух ногах	Самостоятельно выполняют прыжки на двух ногах

5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 45

<table>
<tr><td>Предмет</td><td colspan="3">Адаптивная физическая культура</td></tr>
<tr><td>Класс</td><td colspan="3">4</td></tr>
<tr><td>Материально-техническое обеспечение</td><td colspan="3">Презентация, лыжные палки, музыкальное сопровождение</td></tr>
<tr><td>Тип урока</td><td colspan="3">Урок открытия новых знаний</td></tr>
<tr><td>Тема</td><td colspan="3">Техника безопасности и правила поведения на лыжне</td></tr>
<tr><td>Цель</td><td colspan="3">формирование навыка безопасного обращения с лыжами.</td></tr>
<tr><td>Задачи</td><td colspan="3">Коррекционно- образовательные: формировать навык безопасного обращения с лыжами.Коррекционно- развивающие: организовывать здоровьесберегательную деятельность с помощью катания на лыжах.Коррекционно- воспитательные: воспитывать бережное обращение с инвентарём.</td></tr>
<tr><td rowspan="3">Этапы урока</td><td colspan="3">Содержание деятельности</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Деятельность учителя</td><td colspan="2">Деятельность обучающихся</td></tr>
<tr><td>Минимальный уровень</td><td>Достаточный уровень</td></tr>
<tr><td>1. Организационный этап</td><td>Приветствие. Ознакомление с построением парами</td><td colspan="2">Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя</td></tr>
</table>

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение попоказу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Открытие «нового» знания	Беседа о правилах обращения с лыжным инвентарем и техники безопасности на занятиях лыжным спортом	Слушают правила поведения на уроках лыжной подготовки, информацию о предупреждении травм и обморожений с опорой на наглядность (презентации, картинки, карточки), участвуют в беседе и отвечают на вопросы учителя с опорой на визуальный план	Слушают правила поведения на уроках лыжной подготовки, информацию о предупреждении травм и обморожений с опорой на наглядность (презентации, картинки, карточки), участвуют в беседе и отвечают на вопросы учителя
4. Первичное закрепление материала	1. Тренировочные упражнения в подготовке к занятию, выбор лыж и палок	1. Готовятся к занятию, выбирают лыжи и палки с помощью учителя	1. Готовятся к занятию, выбирают лыжи и палки
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторить правила поведения на уроках лыжной подготовки	Совместно с родителем повторяют правила поведения на уроках лыжной подготовки	Самостоятельно повторяют правила поведения на уроках лыжной подготовки
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 46

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки

Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Совершенствование техники выполнения строевых команд и приемов		
Цель	совершенствование техники выполнения строевых команд и приёмов.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: учить самостоятельному проведению строевых команд и приёмов.Коррекционно- развивающие: учить правильному дыханию при выполнении упражнений.Коррекционно- воспитательные: воспитывать чувство ответственности за порученное задание.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения, выполнение ходы и бега между различными ориентирами.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений с помощью учителя, по возможности.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют по показуучителя упражнения дляформирования пространственныхпредставлений по показу учителя.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Тренировочные упражнения в подборе лыжного инвентаря и одежды к занятию.2. Выполнение строевых команд с лыжами и на	1.Готовятся к занятию, выбирают лыжи и палки с помощью учителя2.Выполняют строевые команды по сигналу учителя	1. Готовятся к занятию, выбирают лыжи и палки2. Выполняют строевые команды по сигналу учителя

	лыжах, надевание и снимание лыж и палок		
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторение тренировочных упражнений подборе лыжного инвентаря и одежды к занятию	Совместно с родителем повторяют тренировочные упражнения в подборе лыжного инвентаря и одежды к занятию	Самостоятельно повторяют тренировочные упражнения в подборе лыжного инвентаря и одежды к занятию
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 47

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Совершенствование техники выполнения строевых команд и приемов
Цель	совершенствование техники выполнения строевых команд и приёмов.
Задачи	Коррекционно- образовательные: учить самостоятельному проведению строевых команд и приёмов.Коррекционно- развивающие: учить правильному дыханию при выполнении упражнений.Коррекционно- воспитательные: воспитывать чувство ответственности за порученное задание.

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения, выполнение ходы и бега между различными ориентирами.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений с помощью учителя, по возможности.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют по показуучителя упражнения дляформирования пространственныхпредставлений по показу учителя.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Тренировочные упражнения в подборе лыжного инвентаря и одежды к занятию.2. Выполнение строевых команд с лыжами и на лыжах, надевание и снимание лыж и палок	1.Готовятся к занятию, выбирают лыжи и палки с помощью учителя2.Выполняют строевые команды по сигналу учителя	1. Готовятся к занятию, выбирают лыжи и палки2. Выполняют строевые команды по сигналу учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторение тренировочных упражнений подборе лыжного инвентаря и одежды к занятию	Совместно с родителем повторяют тренировочные упражнения в подборе лыжного инвентаря и одежды к занятию	Самостоятельно повторяют тренировочные упражнения в подборе лыжного инвентаря и одежды к занятию
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 48

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Передвижение в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию		
Цель	совершенствование техники передвижения в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: объяснять, как держать и выполнять передвижение с лыжами на плече и под рукой.Коррекционно-развивающие: развивать физические качества (быстроту, выносливость) и координационные способности.Коррекционно- воспитательные: воспитывать сознательное отношение при выполнении упражнений.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне.2.Тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря. 3.Переступание на лыжах вокруг пяток	1.Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2.Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя.3. Выполняют переступание на лыжах по показу учителя	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. 2.Одевают лыжный инвентарь. 3.Выполняют переступание на лыжах
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне	Совместно с родителем повторяют безопасные способы переноски лыж при движении в колонне	Самостоятельно повторяют безопасные способы переноски лыж при движении в колонне
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 49

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)

Тема	Подготовка к передвижению на лыжах		
Цель	формирование умения двигаться на лыжах.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать умения обучающихся делать повороты переступанием в движении по лыжне.Коррекционно- развивающие: развивать физические качества учащихся (силу, ловкость, выносливость, координацию движений).Коррекционно- воспитательные: воспитывать у обучающихся потребность в здоровом образе жизни, воспитывать чувство ответственности, упорства в достижении поставленной цели.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне.2.Ухаживание за лыжным инвентарем, одевание его. 2.Переступание на лыжах вокруг пяток, носков, приставной шаг вправо, влево	1. Повторяют безопасные способы переноски лыж при движении в колонне с опорой на образец.2. Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя, по возможности самостоятельно.3.Выполняют переступание на лыжах (по возможности)	1. Повторяют безопасные способы переноски лыж при движении в колонне.2. Одевают лыжный инвентарь самостоятельно.3.Выполняют переступание на лыжах по показу учителя

4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне	Совместно с родителем повторяют безопасные способы переноски лыж при движении в колонне	Самостоятельно повторяют безопасные способы переноски лыж при движении в колонне
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 50

Предмет	Адаптивная физическая культура	
Класс	4	
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки	
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)	
Тема	Совершенствование техники выполнения ступающего шага без палок и с палками	
Цель	ознакомление с техникой ступающего шага на лыжах без палок.	
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать умение движения на лыжах в колонне с соблюдением дистанции.Коррекционно-развивающие: развивать физические качества учащихся (силу, ловкость, выносливость, координацию движений).Коррекционно-воспитательные: воспитывать бережное обращение с инвентарем.	
Этапы урока	Содержание деятельности	
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся

		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне.2.Тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря.3. Выполнение ступающего шага: перекрестная координация движений рук и ног, перенос тяжести тела с одной ноги на другую, правильное положение туловища и головы	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2.Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя3. Передвигаются на лыжах ступающим шагом	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2. Одевают лыжный инвентарь. 3.Передвигаются по лыжне ступающим шагом
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение тренировочных упражнений на одевании лыжного инвентаря	Совместно с родителем выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря	Самостоятельно выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 51

Предмет	Адаптивная физическая культура

Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Совершенствование техники выполнения скользящего шага без палок и с палками		
Цель	ознакомление с техникой скользящего шага на лыжах без палок.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать умение движения на лыжах в колонне с соблюдением дистанции.Коррекционно-развивающие: развивать физические качества учащихся (силу, ловкость, выносливость, координацию движений).Коррекционно-воспитательные: воспитывать бережное обращение с инвентарем.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения

3. Включение изученного в систему знаний	1.Повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне.2.Одевание лыжного инвентаря. 3.Передвижение на лыжах свободным, накатистым шагом без палок и с палками	1.Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2.Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя3. Передвигаются на лыжах скользящим шагом	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. 2.Одевают лыжный инвентарь. 3.Передвигаются по лыжне скользящим шагом
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение тренировочных упражнений на одевании лыжного инвентаря	Совместно с родителем выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря	Самостоятельно выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 52

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Совершенствование техники выполнения скользящего шага без палок и с палками
Цель	ознакомление с техникой скользящего шага на лыжах без палок.

Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать умение движения на лыжах в колонне с соблюдением дистанции.Коррекционно-развивающие: развивать физические качества учащихся (силу, ловкость, выносливость, координацию движений).Коррекционно-воспитательные: воспитывать бережное обращение с инвентарем.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне.2.Одевание лыжного инвентаря. 3.Передвижение на лыжах свободным, накатистым шагом без палок и с палками	1.Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2.Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя3. Передвигаются на лыжах скользящим шагом	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. 2.Одевают лыжный инвентарь. 3.Передвигаются по лыжне скользящим шагом
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение тренировочных упражнений на одевании лыжного инвентаря	Совместно с родителем выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря	Самостоятельно выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 53

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Прохождение отрезков на время от 200до 300 м		
Цель	совершенствование техники изученных лыжных ходов.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать умение прохождения отрезков на время от 200до 300 м.Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств: координации, выносливости.Коррекционно- воспитательные: воспитывать самостоятельность и личную ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне.2.Одевание лыжного инвентаря. 3.Прохождение на лыжах отрезков на скорость	1.Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2.Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя. 3.Осваивают выполнение попеременного двухшажного хода (по возможности) после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий)	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. 2.Одевают лыжный инвентарь. 3.Выполняют попеременный двухшажный ход после инструкции и показа учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение тренировочных упражнений на одевании лыжного инвентаря	Совместно с родителем выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря	Самостоятельно выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 54

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки

Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Прохождение отрезков на время от 200до 300 м		
Цель	совершенствование техники изученных лыжных ходов.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать умение прохождения отрезков на время от 200до 300 м.Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств: координации, выносливости.Коррекционно- воспитательные: воспитывать самостоятельность и личную ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне.2.Одевание лыжного инвентаря. 3.Прохождение на лыжах отрезков на скорость	1.Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2.Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя. 3.Осваивают выполнение попеременного двухшажного хода (по возможности) после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий)	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. 2.Одевают лыжный инвентарь. 3.Выполняют попеременный двухшажный ход после инструкции и показа учителя

4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение тренировочных упражнений на одевании лыжного инвентаря	Совместно с родителем выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря	Самостоятельно выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 55

Предмет	Адаптивная физическая культура	
Класс	4	
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки	
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)	
Тема	Спуск в высокой стойке со склона, подъем «лесенкой» с соблюдением техники безопасности	
Цель	формирование навыка спуска со склона, подъёма «лесенкой».	
Задачи	Коррекционно- образовательные: обучать технике выполнения спуска со склона, подъёма «лесенкой».Коррекционно- развивающие: развивать умение планировать, контролировать и давать оценку своим двигательным действиям и действиям сверстников.Коррекционно-воспитательные: воспитывать самооценку и личностное самоопределение к видам деятельности.	
Этапы урока	Содержание деятельности	
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся

		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Переход на учебную лыжню в колонне по одному.2.Освоение называния способа подъема на лыжах.3.Сохранение равновесия при спуске со склона в высокой стойке, демонстрирование техники подъема «лесенкой»	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2.Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя. 3.Спускаются в высокой стойке со склона, подъем ступающим шагом с соблюдением техники безопасности	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. 2.Одевают лыжный инвентарь. 3.Выполняют спуск в высокой стойке со склона, подъем «лесенкой» с соблюдением техники безопасности
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение тренировочных упражнений на одевании лыжного инвентаря	Совместно с родителем выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря	Самостоятельно выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря
5.Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 56

Предмет	Адаптивная физическая культура

Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Спуск в высокой стойке со склона, подъем «лесенкой» с соблюдением техники безопасности		
Цель	формирование навыка спуска со склона, подъёма «лесенкой».		
Задачи	Коррекционно- образовательные: обучать технике выполнения спуска со склона, подъёма «лесенкой».Коррекционно- развивающие: развивать умение планировать, контролировать и давать оценку своим двигательным действиям и действиям сверстников.Коррекционно-воспитательные: воспитывать самооценку и личностное самоопределение к видам деятельности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения

3. Включение изученного в систему знаний	1.Переход на учебную лыжню в колонне по одному.2.Освоение называния способа подъема на лыжах.3.Сохранение равновесия при спуске со склона в высокой стойке, демонстрирование техники подъема «лесенкой»	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2.Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя. 3.Спускаются в высокой стойке со склона, подъем ступающим шагом с соблюдением техники безопасности	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. 2.Одевают лыжный инвентарь. 3.Выполняют спуск в высокой стойке со склона, подъем «лесенкой» с соблюдением техники безопасности
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение тренировочных упражнений на одевании лыжного инвентаря	Совместно с родителем выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря	Самостоятельно выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 57

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Спуск в высокой стойке со склона, подъем «лесенкой» с соблюдением техники безопасности
Цель	формирование навыка спуска со склона, подъёма «лесенкой».

Задачи	Коррекционно- образовательные: обучать технике выполнения спуска со склона, подъёма «лесенкой».Коррекционно- развивающие: развивать умение планировать, контролировать и давать оценку своим двигательным действиям и действиям сверстников.Коррекционно-воспитательные: воспитывать самооценку и личностное самоопределение к видам деятельности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Переход на учебную лыжню в колонне по одному.2.Освоение называния способа подъема на лыжах.3.Сохранение равновесия при спуске со склона в высокой стойке, демонстрирование техники подъема «лесенкой»	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2.Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя. 3.Спускаются в высокой стойке со склона, подъем ступающим шагом с соблюдением техники безопасности	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. 2.Одевают лыжный инвентарь. 3.Выполняют спуск в высокой стойке со склона, подъем «лесенкой» с соблюдением техники безопасности
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение тренировочных упражнений на одевании лыжного инвентаря	Совместно с родителем выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря	Самостоятельно выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря

5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 58

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Повороты переступанием в движении		
Цель	овладение навыками передвижения на лыжах, дальнейшее их совершенствование.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: учить постановке палок на снег в одновременном бесшажном ходе.Коррекционно- развивающие: развивать выносливость, координацию движений.Коррекционно- воспитательные: воспитывать интерес обучающихся к лыжному спорту, формировать привычку к здоровому образу жизни.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Переход на учебную лыжню в колонне по одному.2.Передвижение по учебному кругу ступающим и скользящим шагом. 3.Выполнение упражнения, демонстрирую уверенное отрывание от снега лыжи, наклон в сторону поворота и вперед, сильно отталкиваясь от лыжи	1.Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2.Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя. 3.Выполняют повороты на лыжах на месте	1. Передвигаются в колоннепо одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2.Одевают лыжный инвентарь.3.Выполняют поворот переступанием вдвижении
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение поворота на лыжах на месте	Совместно с родителем выполняют повороты на лыжах на месте	Самостоятельно выполняют повороты на лыжах на месте
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 59

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)

Тема	Повороты переступанием в движении		
Цель	овладение навыками передвижения на лыжах, дальнейшее их совершенствование.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: учить постановке палок на снег в одновременном бесшажном ходе.Коррекционно- развивающие: развивать выносливость, координацию движений.Коррекционно- воспитательные: воспитывать интерес обучающихся к лыжному спорту, формировать привычку к здоровому образу жизни.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Переход на учебную лыжню в колонне по одному.2.Передвижение по учебному кругу ступающим и скользящим шагом. 3.Выполнение упражнения, демонстрирую уверенное отрывание от снега лыжи, наклон в сторону поворота и вперед, сильно отталкиваясь от лыжи	1.Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2.Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя. 3.Выполняют повороты на лыжах на месте	1. Передвигаются в колоннепо одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2.Одевают лыжный инвентарь.3.Выполняют поворот переступанием вдвижении
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение поворота на лыжах на месте	Совместно с родителем выполняют повороты на лыжах на месте	Самостоятельно выполняют повороты на лыжах на месте

5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 60

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Повороты переступанием в движении		
Цель	овладение навыками передвижения на лыжах, дальнейшее их совершенствование.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: учить постановке палок на снег в одновременном бесшажном ходе.Коррекционно- развивающие: развивать выносливость, координацию движений.Коррекционно- воспитательные: воспитывать интерес обучающихся к лыжному спорту, формировать привычку к здоровому образу жизни.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Переход на учебную лыжню в колонне по одному.2.Передвижение по учебному кругу ступающим и скользящим шагом. 3.Выполнение упражнения, демонстрирую уверенное отрывание от снега лыжи, наклон в сторону поворота и вперед, сильно отталкиваясь от лыжи	1.Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2.Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя. 3.Выполняют повороты на лыжах на месте	1. Передвигаются в колоннепо одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2.Одевают лыжный инвентарь.3.Выполняют поворот переступанием вдвижении
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение поворота на лыжах на месте	Совместно с родителем выполняют повороты на лыжах на месте	Самостоятельно выполняют повороты на лыжах на месте
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 61

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4

Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Прохождение на лыжах за урок от 0,5 до 0,8 км		
Цель	овладение навыками прохождения на лыжах за урок от 0,5 до 0,8 км.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: учить навыку прохождения на лыжах за урок от 0,5 до 0,8 кмКоррекционно- развивающие: развивать выносливость, координацию движений.Коррекционно- воспитательные: воспитывать интерес обучающихся к лыжному спорту, формировать привычку к здоровому образу жизни.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Переход на учебную лыжню в колонне по одному.2.Одевание лыжного инвентаря.3.Прохождение дистанции на лыжах за урок	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2.Одевают лыжный инвентарь с	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. 2.Одевают

		помощью учителя. 3.Преодолевают дистанцию в произвольном темпе	лыжный инвентарь. 3.Преодолевают дистанцию в быстром темпе
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в одевание лыжного инвентаря	Совместно с родителем: упражняются в одевание лыжного инвентаря	Самостоятельно выполняют упражняются в одевание лыжного инвентаря
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 62

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Прохождение на лыжах за урок от 0,5 до 0,8 км
Цель	овладение навыками прохождения на лыжах за урок от 0,5 до 0,8 км.
Задачи	Коррекционно- образовательные: учить навыку прохождения на лыжах за урок от 0,5 до 0,8 кмКоррекционно- развивающие: развивать выносливость, координацию движений.Коррекционно- воспитательные: воспитывать интерес обучающихся к лыжному спорту, формировать привычку к здоровому образу жизни.
Этапы урока	Содержание деятельности

	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Переход на учебную лыжню в колонне по одному.2.Одевание лыжного инвентаря.3.Прохождение дистанции на лыжах за урок	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2.Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя. 3.Преодолевают дистанцию в произвольном темпе	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. 2.Одевают лыжный инвентарь. 3.Преодолевают дистанцию в быстром темпе
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в одевание лыжного инвентаря	Совместно с родителем: упражняются в одевание лыжного инвентаря	Самостоятельно выполняют упражняются в одевание лыжного инвентаря
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок63

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4

Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, презентация, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Значение и основные правила закаливания		
Цель	изучение видов и правил закаливания организма		
Задачи	Коррекционно- образовательные: обучить закаливанию организма.Коррекционно- развивающие: способствовать укреплению опорно-двигательного аппарата.Коррекционно- воспитательные: воспитывать целеустремленность, настойчивость, упорство в достижении поставленной цели.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение попоказу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Открытие «нового» знания	Беседа об основных средствах и правилах закаливания организма	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорных поощрений	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу

4. Первичное закрепление материала	1.Передвижение, исполнение команд в колонне сохраняядистанцию и равнение в затылок. 2.Знакомство с бегом в чередовании с ходьбой. 3.Подвижная игра на внимание	1.Выполняют построение с помощью педагога.2.Передвигаются в колонне бегом в чередовании с ходьбой по указанию учителя.3.Участвуют в подвижной игре по инструкции учителя	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, колонну, круг, осваиваютстроевые действия в шеренге и колонне.2. Передвигаются в колонне бегом в чередовании с ходьбой3.Осваивают правила игры
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторение правил закаливания организма	Совместно с родителем повторяют правила закаливания организма	Самостоятельно повторяют правила закаливания организма
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок64

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Презентация, музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Значение утренней гимнастики
Цель	формирование понятие «Утренняя гимнастика» и определить ее значение в жизни человека.
Задачи	Коррекционно- образовательные: познакомить обучающихся с понятием - утренняя гимнастика (зарядка).Коррекционно- развивающие: развивать познавательный интерес и активность обучающихся.Коррекционно- воспитательные: формировать коммуникативные умения (умения внимательно слушать учителя).

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение попоказу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Открытие «нового» знания	Беседа об основных видах и значение утренней гимнастики	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорных поощрений	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу
4. Первичное закрепление материала	1.Выполнение поворотов на месте налево и направо переступанием.2.Выполнение ритмичной ходьбы с сохранение заданного темпа ходьбы.3.Выполнение общеразвивающих упражнений типа зарядки. 4.Подвижная игра с бегом	1. Выполняют простые виды построений, осваивают на доступном уровне строевые действия в шеренге и колонне (с помощью учителя).2.Выполняют ходьбу с изменением скорости. 3.Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики) с помощью педагога.4.Участвуют в подвижной игре по инструкции и показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, колонну, осваивают действия в шеренге и колонне.2.Выполняют ходьбу с изменением скорости. 3.Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики).4.Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторение значения утренней гимнастики	Совместно с родителем повторяют значения утренней гимнастики	Самостоятельно повторяют правила значения утренней гимнастики

6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок65

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Презентация, мячи, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Перемещение на площадке в пионерболе, прием и передача мяча двумя руками у стены и в парах		
Цель	формирование техники передвижений в учебной игре в пионербол.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: познакомить с техникой передвижения в учебной игре в пионербол; техники ловли и передачи мяча.Коррекционно- развивающие: развивать координацию, быстроту, скоростно-силовых качеств.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, коммуникативность, взаимоподдержку		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение попоказу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Открытие «нового» знания	Знакомство с игрой пионербол	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорных поощрений	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу
4. Первичное закрепление материала	1.Выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев.2.Выполнение перемещений на площадке игроков в пионерболе, выполнение приема и передачи мяча двумя руками у стены и в парах.3. Выполнение игровых действий	1. Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев (по возможности). 2.Выполняют перемещения на площадке с помощью педагога. 3.Осваивают и используют игровые умения (взаимодействие с партнером)	1.Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев.2.Выполняют перемещения на площадке.3.Осваивают и используют игровые умения
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев	Совместно с родителем выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев	Самостоятельно выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 66

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4

Материально-техническое обеспечение	Мячи, волейбольная сетка, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Бросок мяча через сетку одной рукой и ловля двумя руками после подачи		
Цель	обучить технике броска мяча через сетку одной рукой и ловля двумя руками после подачи.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: учить технике броска мяча через сетку одной рукой и ловля двумя руками после подачи.Коррекционно-развивающие: способствовать общему физическому развитию.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев.2.Освоение перемещений на площадке игроков в пионерболе. 3.Выполнение бросков мяча	1.Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев (по возможности).2.Выполняют перемещения на площадке с помощью педагога.3.Осваивают и используют игровые умения	1.Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев.2.Выполняют перемещения на площадке.3.Осваивают и используют игровые умения

	через сетку одной рукой и ловля двумя руками после подачи		
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в одевание лыжного инвентаря	Совместно с родителем: упражняются в одевание лыжного инвентаря	Самостоятельно выполняют упражняются в одевание лыжного инвентаря
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 67

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Мячи, волейбольная сетка, музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Изучение техники подачи мяча в пионерболе
Цель	обучение техники подачи мяча в пионербол.
Задачи	Коррекционно- образовательные: закреплять технику передачи и подачи мяча.Коррекционно- развивающие: способствовать общему физическому развитию.Коррекционно- воспитательные: воспитывать ценностное отношение к ЗОЖ, трудолюбие, волевые качества.

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение перемещений на площадке игроков в пионерболе.2.Выполнение приема и передачи мяча двумя руками у стены и в парах.3.Выполнение подачи мяча в игре	1. Выполняют перемещения на площадке с помощью педагога.2.Выполняют прием и передачу мяча у стены по инструкции и показа учителя. 3.Осваивают и используют игровые умения (подача мяча в пионерболе)	1. Выполняют перемещенияна площадке с помощьюпедагога.2.Выполняют прием ипередачу мяча в паре.3.Осваивают и используютигровые умения (подачамяча в пионерболе)
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение комплекса гимнастики	Совместно с родителем: выполняют комплекс гимнастики	Самостоятельно выполняют комплекс гимнастики
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 68

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Мячи, волейбольная сетка, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Изучение техники подачи мяча в пионерболе		
Цель	обучение техники подачи мяча в пионербол.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закреплять технику передачи и подачи мяча.Коррекционно- развивающие: способствовать общему физическому развитию.Коррекционно- воспитательные: воспитывать ценностное отношение к ЗОЖ, трудолюбие, волевые качества.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения

3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение перемещений на площадке игроков в пионерболе.2.Выполнение приема и передачи мяча двумя руками у стены и в парах.3.Выполнение подачи мяча в игре	1. Выполняют перемещения на площадке с помощью педагога.2.Выполняют прием и передачу мяча у стены по инструкции и показа учителя. 3.Осваивают и используют игровые умения (подача мяча в пионерболе)	1. Выполняют перемещенияна площадке с помощьюпедагога.2.Выполняют прием ипередачу мяча в паре.3.Осваивают и используютигровые умения (подачамяча в пионерболе)
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение комплекса гимнастики	Совместно с родителем: выполняют комплекс гимнастики	Самостоятельно выполняют комплекс гимнастики
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 69

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Мячи, волейбольная сетка, музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Изучение техники подачи мяча в пионерболе
Цель	обучение техники подачи мяча в пионербол.
Задачи	Коррекционно- образовательные: закреплять технику передачи и подачи мяча.Коррекционно- развивающие: способствовать общему физическому развитию.Коррекционно- воспитательные: воспитывать ценностное отношение к ЗОЖ, трудолюбие, волевые качества.

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение перемещений на площадке игроков в пионерболе.2.Выполнение приема и передачи мяча двумя руками у стены и в парах.3.Выполнение подачи мяча в игре	1. Выполняют перемещения на площадке с помощью педагога.2.Выполняют прием и передачу мяча у стены по инструкции и показа учителя. 3.Осваивают и используют игровые умения (подача мяча в пионерболе)	1. Выполняют перемещения на площадке с помощью педагога.2.Выполняют прием и передачу мяча в паре.3.Осваивают и используют игровые умения (подача мяча в пионерболе)
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение комплекса гимнастики	Совместно с родителем: выполняют комплекс гимнастики	Самостоятельно выполняют комплекс гимнастики
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 70

Предмет	Адаптивная физическая культура

Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Мячи, волейбольная сетка, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Розыгрыш мяча на три паса в пионерболе		
Цель	обучение техники розыгрыша мяча в три паса при учебной игре в пионербол.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: учить применять на практике новые упражнения с мячом.Коррекционно- развивающие: развивать мелкую и крупную моторику рук.Коррекционно- воспитательные: воспитывать умение работать самостоятельно и в команде.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения

3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев.2.Освоение перемещений на площадке игроков в пионерболе. 3.Выполнение приема и передачи мяча двумя руками у стены и в парах.	1.Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев (по возможности).2.Выполняют перемещения на площадке с помощью педагога.3.Выполняют упражнения с мячом по инструкции и по показу учителя	1.Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев.2.Выполняют перемещения на площадке.3.Выполняют упражнения с мячом после инструкции и показа учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев	Совместно с родителем: выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев	Самостоятельно выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев
5.Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 71

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Мячи, волейбольная сетка, музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Розыгрыш мяча на три паса в пионерболе
Цель	обучение техники розыгрыша мяча в три паса при учебной игре в пионербол.

Задачи	Коррекционно- образовательные: учить применять на практике новые упражнения с мячом.Коррекционно- развивающие: развивать мелкую и крупную моторику рук.Коррекционно- воспитательные: воспитывать умение работать самостоятельно и в команде.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев.2.Освоение перемещений на площадке игроков в пионерболе. 3.Выполнение приема и передачи мяча двумя руками у стены и в парах.	1.Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев (по возможности).2.Выполняют перемещения на площадке с помощью педагога.3.Выполняют упражнения с мячом по инструкции и по показу учителя	1.Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев.2.Выполняют перемещения на площадке.3.Выполняют упражнения с мячом после инструкции и показа учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев	Совместно с родителем: выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев	Самостоятельно выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 72

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Мячи, волейбольная сетка, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Розыгрыш мяча на три паса в пионерболе		
Цель	обучение техники розыгрыша мяча в три паса при учебной игре в пионербол.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: учить применять на практике новые упражнения с мячом.Коррекционно- развивающие: развивать мелкую и крупную моторику рук.Коррекционно- воспитательные: воспитывать умение работать самостоятельно и в команде.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения

3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев.2.Освоение перемещений на площадке игроков в пионерболе. 3.Выполнение приема и передачи мяча двумя руками у стены и в парах.	1.Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев (по возможности).2.Выполняют перемещения на площадке с помощью педагога.3.Выполняют упражнения с мячом по инструкции и по показу учителя	1.Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев.2.Выполняют перемещения на площадке.3.Выполняют упражнения с мячом после инструкции и показа учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев	Совместно с родителем: выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев	Самостоятельно выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 72

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Мячи, волейбольная сетка, музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Розыгрыш мяча на три паса в пионерболе
Цель	обучение техники розыгрыша мяча в три паса при учебной игре в пионербол.

Задачи	Коррекционно- образовательные: учить применять на практике новые упражнения с мячом.Коррекционно- развивающие: развивать мелкую и крупную моторику рук.Коррекционно- воспитательные: воспитывать умение работать самостоятельно и в команде.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев.2.Освоение перемещений на площадке игроков в пионерболе. 3.Выполнение приема и передачи мяча двумя руками у стены и в парах.	1.Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев (по возможности).2.Выполняют перемещения на площадке с помощью педагога.3.Выполняют упражнения с мячом по инструкции и по показу учителя	1.Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев.2.Выполняют перемещения на площадке.3.Выполняют упражнения с мячом после инструкции и показа учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев	Совместно с родителем: выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев	Самостоятельно выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 73

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Мячи, волейбольная сетка, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Учебная игра в пионербол		
Цель	обучение игре в пионербол посредством игровых технологий.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать навыки выполнения бросков и ловли мяча.Коррекционно- развивающие: развивать логическое мышление, наблюдательность, зрительную и слуховую память.Коррекционно- воспитательные: воспитывать положительные черты характера, дисциплинированное поведение, коллективизм, взаимовыручка, смелость, настойчивость в достижении цели.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения

		ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение бросков мяча через сетку одной рукой и ловля двумя руками после подачи.2.Выполнение игровые действия соблюдая правила игры	1. Выполняют упражнения с мячом по инструкции и по показу учителя.2.Осваивают и используют элементарные игровые технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником)	1.Выполняют упражнения с мячом после инструкции и показа учителя.2.Осваивают и используют элементарные игровые технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником)
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев	Совместно с родителем: выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев	Самостоятельно выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 74

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Мячи, волейбольная сетка, музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Учебная игра в пионербол
Цель	обучение игре в пионербол посредством игровых технологий.

Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать навыки выполнения бросков и ловли мяча.Коррекционно- развивающие: развивать логическое мышление, наблюдательность, зрительную и слуховую память.Коррекционно- воспитательные: воспитывать положительные черты характера, дисциплинированное поведение, коллективизм, взаимовыручка, смелость, настойчивость в достижении цели.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение бросков мяча через сетку одной рукой и ловля двумя руками после подачи.2.Выполнение игровые действия соблюдая правила игры	1. Выполняют упражнения с мячом по инструкции и по показу учителя.2.Осваивают и используют элементарные игровые технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником)	1.Выполняют упражнения с мячом после инструкции и показа учителя.2.Осваивают и используют элементарные игровые технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником)
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев	Совместно с родителем: выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев	Самостоятельно выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 75

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Мячи, волейбольная сетка, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Учебная игра в пионербол		
Цель	обучение игре в пионербол посредством игровых технологий.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать навыки выполнения бросков и ловли мяча.Коррекционно- развивающие: развивать логическое мышление, наблюдательность, зрительную и слуховую память.Коррекционно- воспитательные: воспитывать положительные черты характера, дисциплинированное поведение, коллективизм, взаимовыручка, смелость, настойчивость в достижении цели.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения

		ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение бросков мяча через сетку одной рукой и ловля двумя руками после подачи.2.Выполнение игровые действия соблюдая правила игры	1. Выполняют упражнения с мячом по инструкции и по показу учителя.2.Осваивают и используют элементарные игровые технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником)	1.Выполняют упражнения с мячом после инструкции и показа учителя.2.Осваивают и используют элементарные игровые технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником)
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев	Совместно с родителем: выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев	Самостоятельно выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 76

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Мячи, музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Игры с элементами общеразвивающих и корригирующих упражнений: «Фигур», «Светофор»
Цель	обучение игре с элементами общеразвивающих и корригирующих упражнений: «Фигур», «Светофор».

Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать навыки выполнения общеразвивающих и корригирующих упражнений: «Фигур», «Светофор».Коррекционно- развивающие: развивать логическое мышление, наблюдательность, зрительную и слуховую память.Коррекционно- воспитательные: воспитывать положительные черты характера, дисциплинированное поведение, коллективизм, взаимовыручка, смелость, настойчивость в достижении цели.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение ходьбы со сменой положения рук.2.Выполнение упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп.3.Подвижные игры на освоение основных цветов, выполнение действий по сигналу учителя, выполнение перебежек	1. Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя. 2.Выполняют упражнения наименьшее количество раз. 3.Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя)	1. Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя.2.Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя. 3.Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ходьбы со сменой положения рук	Совместно с родителем: выполняют ходьбу со сменой положения рук	Самостоятельно выполняютходьбу со сменой положения рук

5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 77

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Мячи, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Игры с метанием мяча «Подвижная цель», «Обгони мяч»		
Цель	обучение игре с элементами метания мяча «Подвижная цель», «Обгони мяч».		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать навыки выполнения метания мяча «Подвижная цель», «Обгони мяч».Коррекционно-развивающие: развивать логическое мышление, наблюдательность, зрительную и слуховую память.Коррекционно- воспитательные: воспитывать положительные черты характера, дисциплинированное поведение, коллективизм, взаимовыручка, смелость, настойчивость в достижении цели.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Ходьба с хлопками.2.Выполнение упражнений с волейбольным мячом.3.Подвижные игры на выполнение передачи – ловли мяча, согласование свои действия с действиями других игроков, соизмерение бросков с расстоянием до цели	1. Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения учителем. 2.Выполняют 5-6 упражнения с мячом.3.Осваивают и используют игровые умения	1. Выполняют ходьбу по показу учителя.2.Выполняют упражнения по инструкции учителя.3.Осваивают и используют игровые умения
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ходьбы с хлопками	Совместно с родителем: выполняют ходьбу с хлопками	Самостоятельно выполняют ходьбу с хлопками
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 78

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4

Материально-техническое обеспечение	Мячи, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Подвижные игры на развитие основных движений- бега: «Пусто место», «Бездомный заяц»		
Цель	обучение игре на развитие основных движений- бега: «Пусто место», «Бездомный заяц».		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать навыки выполнения основных движений- бега: «Пусто место», «Бездомный заяц».Коррекционно- развивающие: развивать логическое мышление, наблюдательность, зрительную и слуховую память.Коррекционно-воспитательные: воспитывать положительные черты характера, дисциплинированное поведение, коллективизм, взаимовыручка, смелость, настойчивость в достижении цели.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение ходьбы с различным положением рук.2.Выполнение беговых упражнений. 3.Подвижные	1.Выполняют ходьбу с различным положением рук по показу и инструкции учителя.2.Выполняют беговые упражнения по инструкции учителя.3.Участвуют в	1. Выполняют ходьбу с различным положением рук по показу и инструкции учителя.2.Выполняют беговые

	игры на выполнение бега в различных направлениях, быстрое ориентирование в пространстве	различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя)	упражнения по инструкции учителя.3.Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ходьбы с различным положением рук	Совместно с родителем: выполняют ходьбу с различным положением рук	Самостоятельно выполняют ходьбу с различным положением рук
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 79

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Малые мячи, музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Подвижные игры на развитие основных движений- прыжков: «Волк во рву», «Рыбаки и рыбки»
Цель	обучение игре на развитие основных движений- прыжков: «Волк во рву», «Рыбаки и рыбки».
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать навыки выполнения основных движений- прыжков: «Волк во рву», «Рыбаки и рыбки».Коррекционно- развивающие: развивать логическое мышление, наблюдательность, зрительную и слуховую память.Коррекционно-

	воспитательные: воспитывать положительные черты характера, дисциплинированное поведение, коллективизм, взаимовыручка, смелость, настойчивость в достижении цели.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение медленного бега с сохранением правильной осанки. 2.Выполнение общеразвивающих упражнений с малыми мячами. 3.Подвижные игры на взаимодействие согласно правилам игры, перепрыгивание через препятствия	1. Удерживают правильное положение тела во время бега (пооперационный контроль выполнения действий).2.Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения с предметом по показу.3.Участвуют в подвижной игре под контролем учителя	1. Удерживают правильное положение тела во время бега. 2.Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения с предметом.3.Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение медленного бега с сохранением правильной осанки	Совместно с родителем: выполняют медленный бег с сохранением правильной осанки	Самостоятельно выполняют медленный бег с сохранением правильной осанки
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 80

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Обручи, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Подвижные игры на развитие основных движений- перелезания: «Наседка и цыплята», «Зайцы, сторож и Жучка»		
Цель	обучение игре на развитие основных движений- перелезания: «Наседка и цыплята», «Зайцы, сторож и Жучка».		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать навыки выполнения основных движений- перелезания: «Наседка и цыплята», «Зайцы, сторож и Жучка».Коррекционно- развивающие: развивать логическое мышление, наблюдательность, зрительную и слуховую память.Коррекционно- воспитательные: воспитывать положительные черты характера, дисциплинированное поведение, коллективизм, взаимовыручка, смелость, настойчивость в достижении цели.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения, выполнение ходы и бега между различными ориентирами.2.Выполнение упражнений с обручем.3.Перелезание через препятствия различным способом в зависимости от высоты	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственныхпредставлений с помощью учителя, по возможности. 2.Выполняют упражнения с предметами после неоднократного показа по прямому указанию учителя. 3.Осваивают и используют игровые умения	1.Выполняют по показу учителя упражнения для формированияпространственных представлений по показу учителя.2.Выполняют упражнения с предметами после показа учителем.3.Осваивают и используют игровые умения
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение медленного бега с сохранением правильной осанки	Совместно с родителем: выполняют медленный бег с сохранением правильной осанки	Самостоятельно выполняют медленный бег с сохранением правильной осанки
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 81

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Обручи, музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)

Тема	Подвижные игры на развитие основных движений- перелезания: «Наседка и цыплята», «Зайцы, сторож и Жучка»		
Цель	обучение игре на развитие основных движений- перелезания: «Наседка и цыплята», «Зайцы, сторож и Жучка».		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать навыки выполнения основных движений- перелезания: «Наседка и цыплята», «Зайцы, сторож и Жучка».Коррекционно- развивающие: развивать логическое мышление, наблюдательность, зрительную и слуховую память.Коррекционно- воспитательные: воспитывать положительные черты характера, дисциплинированное поведение, коллективизм, взаимовыручка, смелость, настойчивость в достижении цели.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения, выполнение ходы и бега между различными ориентирами.2.Выполнение упражнений с обручем.3.Перелезание через препятствия различным способом в зависимости от высоты	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственныхпредставлений с помощью учителя, по возможности. 2.Выполняют упражнения с предметами после неоднократного показа по прямому указанию учителя. 3.Осваивают и используют игровые умения	1.Выполняют по показу учителя упражнения для формированияпространственных представлений по показу учителя.2.Выполняют упражнения с предметами после показа учителем.3.Осваивают и используют игровые умения

4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение медленного бега с сохранением правильной осанки	Совместно с родителем: выполняют медленный бег с сохранением правильной осанки	Самостоятельно выполняют медленный бег с сохранением правильной осанки
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 82

Предмет	Адаптивная физическая культура	
Класс	4	
Материально-техническое обеспечение	Набивные мячи (вес до 1 кг), музыкальное сопровождение	
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)	
Тема	Эстафета с мячом	
Цель	совершенствование физических качеств обучающихся посредством эстафеты.	
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить у обучающихся умение работать с техникой ведения, ловли и передачи мяча.Коррекционно-развивающие: укрепить здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать мотивацию учебной деятельности.	
Этапы урока	Содержание деятельности	
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся

		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение ходьбы змейкой, в полуприседе.2.Чередование бега и ходьбы по сигналу.3.Выполнение броска набивного мяча (вес до 1 кг) различными способами двумя руками..4Эстафеты на взаимодействие с товарищами	1. Удерживают правильное положение тела во время ходьбы (с помощью учителя). 2.Выполняют чередование бега и ходьбы.3.Бросают набивной мяч из различных исходных положений меньшее количество раз.4.Осваивают и используют игровые умения	1.Выполняют ходьбу змейкой, в полуприседе.2.Выполняют чередование бега и ходьбы.3.Бросают набивной мяч из различных исходных положений.4.Осваивают и используют игровые умения
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ходьбы змейкой, в полуприседе	Совместно с родителем: выполняют ходьбу змейкой, в полуприседе	Самостоятельно выполняют ходьбу змейкой, в полуприседе
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 83

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4

Материально-техническое обеспечение	Конусы, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Подвижная игра «Филин и пташки»		
Цель	формирование игровых действий		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать игровые действия обучающихся.Коррекционно- развивающие: укрепить здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать мотивацию учебной деятельности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение ходьбы с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями.2.Выполнение непрерывного бега в среднем темпе.3.Подвижная игра на выполнение спрыгиваний с предметов, приподнятых над землей, быстрое ориентирование в	1.Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями по показу учителя.2. Выполняют непрерывный бег в среднем темпе 3.Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу действий (при	1. Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями.2. Выполняют непрерывный бег в среднем

	пространстве, взаимодействие согласно правилам игры	необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя)учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных	темпе3.Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ходьбы с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями	Совместно с родителем: выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями	Самостоятельно выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 84

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Конусы, музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Подвижная игра «Бой петухов»
Цель	формирование игровых действий

Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать игровые действия обучающихся.Коррекционно- развивающие: укрепить здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать мотивацию учебной деятельности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение упражнений сохраняя равновесие и преодолевая препятствия.2.Подвижная игра на взаимодействие согласно правилам игры	1. Выполняют упражнения на равновесие, преодолевают препятствия с помощью учителя.2.Осваивают и используют элементарные игровые технико- тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником)	1.Выполняют упражнения на равновесие, преодолевают препятствия по инструкции учителя.2.Осваивают и используют элементарные игровые технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником)
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений сохраняя равновесие и преодолевая препятствия	Совместно с родителем: выполняют упражнения на равновесие, преодолевают препятствия	Самостоятельно выполняют упражнения на равновесие, преодолевают препятствия
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок85

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Презентация, большие мячи, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Техника бега по дистанции		
Цель	создание условий для формирования первоначального представления о технике выполнения бега по дистанции.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: познакомиться с техникой выполнения бега по дистанции.Коррекционно- развивающие: способствовать укреплению здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей.Коррекционно-воспитательные: воспитывать ценностное отношение к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец

3. Открытие «нового» знания	Знакомство «Бег по дистанции»	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорных поощрений	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу
4. Первичное закрепление материала	1.Выполнение ходьбы с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра.2.Выполнение беговых упражнений.3.Выполнение прямолинейного бега на носках с хорошей осанкой	1. Выполняют ходьбу с изменением направлений по ориентирам и командам учителя.2. Выполняют беговые упражнения.3.Выполняют прямолинейный бег с параллельной постановкой стоп	1. Выполняют ходьбу с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра по инструкции учителя.2. Выполняют беговые упражнения.3.Выполняют прямолинейный бег с параллельной постановкой стоп
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение беговых упражнений	Совместно с родителем выполняют беговые упражнения	Самостоятельно выполняют беговые упражнения
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 86

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Конусы, музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Техника бега по дистанции

Цель	создание условий для формирования первоначального представления о технике выполнения бега по дистанции.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: познакомиться с техникой выполнения бега по дистанции.Коррекционно- развивающие: способствовать укреплению здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей.Коррекционно-воспитательные: воспитывать ценностное отношение к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение ходьбы с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра.2.Выполнение беговых упражнений.3.Выполнение прямолинейного бега на носках с хорошей осанкой	1. Выполняют ходьбу с изменением направлений по ориентирам и командам учителя.2. Выполняют беговые упражнения.3.Выполняют прямолинейный бег с параллельной постановкой стоп	1. Выполняют ходьбу с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра по инструкции учителя.2. Выполняют беговые упражнения.3.Выполняют прямолинейный бег с параллельной постановкой стоп
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение беговых упражнений	Совместно с родителем выполняют беговые упражнения	Самостоятельно выполняют беговые упражнения
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок87

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Презентация, большие мячи, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Техника высокого старта		
Цель	обучение детей технике высокого старта.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: обучить детей технике высокого старта.Коррекционно- развивающие: способствовать развитию быстроты реакции, скоростных, скоростно-силовых, и координационных способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать у обучающихся трудолюбие, стремление к достижению поставленной цели, интереса к занятиям физической культурой.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец

3. Открытие «нового» знания	Знакомство «Техника высокого старта»	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорных поощрений	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу
4. Первичное закрепление материала	1.Выполнение ходьбы с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра.2.Выполнение беговых упражнений.3.Выполнение высокого старта, вовремя начинать бег	1. Выполняют ходьбу с изменением направлений по ориентирам и командам учителя.2.Выполняют беговые упражнения с опорой на инструкцию учителя.3.Начинают бег с высокого старта	1. Выполняют ходьбу с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра по инструкции учителя.2.Выполняют беговые упражнения.3. Начинают бег с высокого старта
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение беговых упражнений	Совместно с родителем выполняют беговые упражнения	Самостоятельно выполняют беговые упражнения
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 88

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Конусы, музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)

Тема	Техника высокого старта		
Цель	закрепление техники высокого старта.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закреплять технику высокого старта.Коррекционно- развивающие: способствовать развитию быстроты реакции, скоростных, скоростно-силовых, и координационных способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать у обучающихся трудолюбие, стремление к достижению поставленной цели, интереса к занятиям физической культурой.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение ходьбы с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра.2.Выполнение беговых упражнений.3.Выполнение прямолинейного бега на носках с хорошей осанкой	1. Выполняют ходьбу с изменением направлений по ориентирам и командам учителя.2. Выполняют беговые упражнения.3.Выполняют прямолинейный бег с параллельной постановкой стоп	1. Выполняют ходьбу с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра по инструкции учителя.2. Выполняют беговые упражнения.3.Выполняют прямолинейный бег с параллельной постановкой стоп
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение беговых упражнений	Совместно с родителем выполняют беговые упражнения	Самостоятельно выполняют беговые упражнения

5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок89

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Презентация, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Техника низкого старта		
Цель	обучение детей технике низкого старта.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: обучить детей технике низкого старта.Коррекционно- развивающие: способствовать развитию быстроты реакции, скоростных, скоростно-силовых, и координационных способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать у обучающихся трудолюбие, стремление к достижению поставленной цели, интереса к занятиям физической культурой.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Открытие «нового» знания	Знакомство «Техника низкого старта»	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорных поощрений	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу
4. Первичное закрепление материала	1.Выполнение ходьбы перекатом с пятки на носок.2.Освоение техники низкого старта, пробегание с максимально возможной скоростью и по возможности не снижение ее до финиша.3.Коррекционная подвижная игра	1.Выполняют ходьбу перекатом с пятки на носок.2.Осваивают бег с низкого старта, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя).3.Участвуют в игре по инструкции учителя	1. Выполняют ходьбу перекатом с пятки на носок. 2.Выполняют бег с низкого старта.3.Играют в подвижную игру после инструкции учителя
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ходьбы перекатом с пятки на носок	Совместно с родителем выполняют ходьбу перекатом с пятки на носок	Самостоятельно выполняют ходьбу перекатом с пятки на носок
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 90

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4

Материально-техническое обеспечение	Конусы, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Техника низкого старта		
Цель	закрепление техники низкого старта.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закреплять технику низкого старта.Коррекционно- развивающие: способствовать развитию быстроты реакции, скоростных, скоростно-силовых, и координационных способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать у обучающихся трудолюбие, стремление к достижению поставленной цели, интереса к занятиям физической культурой.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение ходьбы перекатом с пятки на носок.2.Освоение техники низкого старта, пробегание с максимально возможной скоростью	1.Выполняют ходьбу перекатом с пятки на носок.2.Осваивают бег с низкого старта, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ,	1. Выполняют ходьбу перекатом с пятки на носок. 2.Выполняют бег с низкого

	и по возможности не снижение ее до финиша.3.Коррекционная подвижная игра	дополнительная индивидуальная инструкция учителя).3.Участвуют в игре по инструкции учителя	старта.3.Играют в подвижную игру после инструкции учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ходьбы перекатом с пятки на носок	Совместно с родителем выполняют ходьбу перекатом с пятки на носок	Самостоятельно выполняют ходьбу перекатом с пятки на носок
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок91

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Презентация, музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Прыжок в высоту с 3-5 беговых шагов разбега
Цель	совершенствование техники прыжка в высоту с 3-5 беговых шагов разбега.
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику прыжка в высоту с 3-5 шагов разбега.Коррекционно- развивающие: развивать физические качества: быстроту. прыгучесть, координацию, быстроту реакции, ловкость.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, доброжелательность, устойчивый интерес к двигательной активности.
Этапы урока	Содержание деятельности

	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Открытие «нового» знания	Знакомство «Прыжок в высоту»	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорных поощрений	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу
4. Первичное закрепление материала	1.Выполнение ходьбы с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями.2.Выполнение непрерывного бега в среднем темпе. 3.Демонстрирование техники прыжка в высоту.	1. Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями по показу учителя.2.Выполняют непрерывный бег в среднем темпе по инструкции учителя.3.Осваивают прыжок в высоту с прямого разбега способом «перешагивание», ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя)	1. Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями.2. Выполняют непрерывный бег в среднем темпе3. Прыгают в высоту с прямого разбега способом «перешагивание» после показа учителем
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ходьбы с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями	Совместно с родителем выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями	Самостоятельно выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями

6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 92

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Конусы, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Прыжок в высоту с 3-5 беговых шагов разбега		
Цель	совершенствование техники прыжка в высоту с 3-5 беговых шагов разбега.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику прыжка в высоту с 3-5 шагов разбега.Коррекционно- развивающие: развивать физические качества: быстроту. прыгучесть, координацию, быстроту реакции, ловкость.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, доброжелательность, устойчивый интерес к двигательной активности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение ходьбы с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями.2.Выполнение непрерывного бега в среднем темпе.3.Демонстрирование техники прыжка в высоту.	1. Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями по показу учителя.2.Выполняют непрерывный бег в среднем темпе по инструкции учителя.3.Осваивают прыжок в высоту с прямого разбега способом «перешагивание», ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя)	1. Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями.2. Выполняют непрерывный бег в среднем темпе3. Прыгают в высоту с прямого разбега способом «перешагивание» после показа учителем
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ходьбы с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями	Совместно с родителем выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями	Самостоятельно выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок93

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4

Материально-техническое обеспечение	Презентация, теннисные мячи, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Метание теннисного мяча правой и левой рукой в цель		
Цель	совершенствование навыка метания мяча правой и левой рукой в цель.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать навык метания мяча правой и левой рукой в цель.Коррекционно- развивающие: развивать умение контролировать и давать оценку своим действиям.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, самостоятельность, силу воли, дружелюбие.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Открытие «нового» знания	Знакомство «Метание теннисного мяча»	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорных поощрений	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу

4. Первичное закрепление материала	1.Выполнение ходьбы с изменением направлений по ориентирам и командам учителя.2. Выполнение бега с преодолением простейших препятствий.3.Метание теннисного мяча в цель правой и левой рукой	1. Выполняют ходьбу с изменением направлений по ориентирам и командам учителя.2.Выполняют бег с преодолением простейших препятствий.3.Выполняют метание теннисного мяча в цель по показу	1. Выполняют ходьбу с изменением направлений по ориентирам и командам учителя.2. Выполняют бег с преодолением простейших препятствий.3. Выполняют метание теннисного мяча в цель после инструкции и показа учителя
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ходьбы с изменением направлений	Совместно с родителем выполняют ходьбу с изменением направлений	Самостоятельно выполняют ходьбу с изменением направлений
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 94

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Презентация, теннисные мячи, музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Метание теннисного мяча правой и левой рукой в цель
Цель	совершенствование навыка метания мяча правой и левой рукой в цель.

Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать навык метания мяча правой и левой рукой в цель.Коррекционно- развивающие: развивать умение контролировать и давать оценку своим действиям.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, самостоятельность, силу воли, дружелюбие.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение ходьбы с изменением направлений по ориентирам и командам учителя.2. Выполнение бега с преодолением простейших препятствий.3.Метание теннисного мяча в цель правой и левой рукой	1. Выполняют ходьбу с изменением направлений по ориентирам и командам учителя.2.Выполняют бег с преодолением простейших препятствий.3.Выполняют метание теннисного мяча в цель по показу	1. Выполняют ходьбу с изменением направлений по ориентирам и командам учителя.2. Выполняют бег с преодолением простейших препятствий.3. Выполняют метание теннисного мяча в цель после инструкции и показа учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ходьбы с изменением направлений	Совместно с родителем выполняют ходьбу с изменением направлений	Самостоятельно выполняют ходьбу с изменением направлений
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 95

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Презентация, теннисные мячи, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Метание теннисного мяча на дальность		
Цель	совершенствование навыка метания теннисного мяча на дальность.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать навык метания теннисного мяча на дальность.Коррекционно- развивающие: развивать умение контролировать и давать оценку своим действиям.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, самостоятельность, силу воли, дружелюбие.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец

3. Открытие «нового» знания	Знакомство «Метание теннисного мяча»	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорных поощрений	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу
4. Первичное закрепление материала	1.Выполнение ходьбы с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями.2. Метание теннисного мяча на дальность с места правой и левой рукой	1. Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями по показу учителя. 2.Удерживают правильное положение тела в процессе выполнения метания (под контролем учителя)	1.Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями.2.Удерживают правильное положение тела в процессе выполнения метания
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ходьбы с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями.	Совместно с родителем выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями.	Самостоятельно выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями.
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 96

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Презентация, теннисные мячи, музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Метание теннисного мяча на дальность

Цель	совершенствование навыка метания теннисного мяча на дальность.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать навык метания теннисного мяча на дальность.Коррекционно- развивающие: развивать умение контролировать и давать оценку своим действиям.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, самостоятельность, силу воли, дружелюбие.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение ходьбы с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями.2. Метание теннисного мяча на дальность с места правой и левой рукой	1. Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями по показу учителя. 2.Удерживают правильное положение тела в процессе выполнения метания (под контролем учителя)	1.Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями.2.Удерживают правильное положение тела в процессе выполнения метания
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ходьбы с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями.	Совместно с родителем выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями.	Самостоятельно выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями.

5.Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 97

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Презентация, теннисные мячи, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Метание теннисного мяча на дальность		
Цель	совершенствование навыка метания теннисного мяча на дальность.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать навык метания теннисного мяча на дальность.Коррекционно- развивающие: развивать умение контролировать и давать оценку своим действиям.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, самостоятельность, силу воли, дружелюбие.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение ходьбы с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями.2. Метание теннисного мяча на дальность с места правой и левой рукой	1. Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями по показу учителя. 2.Удерживают правильное положение тела в процессе выполнения метания (под контролем учителя)	1.Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями.2.Удерживают правильное положение тела в процессе выполнения метания
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ходьбы с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями.	Совместно с родителем выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями.	Самостоятельно выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями.
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 98

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Презентация, эстафетные палочки, музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Эстафетный бег

Цель	совершенствование прикладных навыков в эстафетном беге, овладение основами движений.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать прикладные навыки в эстафетном беге.Коррекционно- развивающие: развивать умение контролировать и давать оценку своим действиям.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, самостоятельность, силу воли, дружелюбие.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Открытие «нового» знания	Знакомство «Эстафетный бег»	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорных поощрений	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу
4. Первичное закрепление материала	1.Выполнение ходьбы со сменой положения рук.2.Выполнение упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп.3.Преодоление своего этап и передача эстафетной палочки участнику своей команды	1.Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя.2.Выполняют упражнения наименьшее количество раз. 3.Участвуют в соревновательной деятельности по возможности (участвуют в эстафете)	1. Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя.2.Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя. 3.Участвуют в соревновательной деятельности(участвуют в эстафете)

5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ходьбы со сменой положения рук	Совместно с родителем выполняют ходьбу со сменой положения рук	Самостоятельно выполняют ходьбу со сменой положения рук
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 99

Предмет	Адаптивная физическая культура	
Класс	4	
Материально-техническое обеспечение	Презентация, эстафетные палочки, музыкальное сопровождение	
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)	
Тема	Эстафетный бег	
Цель	совершенствование прикладных навыков в эстафетном беге, овладение основами движений.	
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать прикладные навыки в эстафетном беге.Коррекционно- развивающие: развивать умение контролировать и давать оценку своим действиям.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, самостоятельность, силу воли, дружелюбие.	
Этапы урока	Содержание деятельности	
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся

		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение ходьбы со сменой положения рук.2.Выполнение упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп.3.Преодоление своего этап и передача эстафетной палочки участнику своей команды	1.Выполняют ходьбу со сменой положения рук под контролем учителя.2.Выполняют упражнения наименьшее количество раз. 3.Участвуют в соревновательной деятельности по возможности (участвуют в эстафете)	1. Выполняют ходьбу со сменой положения рук по показу учителя.2.Выполняют упражнения по инструкции и показу учителя. 3.Участвуют в соревновательной деятельности(участвуют в эстафете)
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ходьбы со сменой положения рук	Совместно с родителем выполняют ходьбу со сменой положения рук	Самостоятельно выполняют ходьбу со сменой положения рук
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 100

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4

Материально-техническое обеспечение	Презентация, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Бег на скорость до 60 м		
Цель	освоение техники бега с ускорением, 60 метров.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику бега 60 м.Коррекционно- развивающие: развивать силовые качества.Коррекционно- воспитательные: воспитывать смелость и умение преодолевать трудности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение беговых упражнений.2. Выполнение ускорения на дистанции в 30 м с низкого старта	1. Выполняют специально- беговые упражнения (по возможности) на укороченной дистанции.2. Выполняют бег с низкого старта на меньшей дистанции	1. Выполняют специально- беговые упражнения по показу учителя и инструкции. 2.Выполняют бег с низкого старта

4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение беговых упражнений	Совместно с родителем выполняют беговые упражнения	Самостоятельно выполняют беговые упражнения
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 101

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Презентация, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Бег на выносливость: кроссовый бег, чередующийся с быстрой ходьбой		
Цель	освоение техники бега на выносливость: кроссовый бег, чередующийся с быстрой ходьбой.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику бега на выносливость: кроссовый бег, чередующийся с быстрой ходьбой.Коррекционно- развивающие: развивать силовые качества.Коррекционно- воспитательные: воспитывать смелость и умение преодолевать трудности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение специально- беговых упражнений.2.Выполнение равномерного бега по длинной дистанции.3.Правильное удерживание корпуса и рук в медленном беге в сочетании с дыханием	1. Выполняют специально- беговые упражнения (по возможности).2. Выполняют равномерный бег по длинной дистанции по инструкции учителя. 3.Выполняют медленный бег в чередовании с ходьбой	1. Выполняют специально-беговые упражнения2. Выполняют равномерный бег по длинной дистанции. 3.Выполняют медленный бег
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение специально- беговых упражнений	Совместно с родителем выполняют специально- беговые упражнения	Самостоятельно выполняют специально- беговые упражнения
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 102

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Презентация, музыкальное сопровождение

Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Бег на выносливость: кроссовый бег, чередующийся с быстрой ходьбой		
Цель	освоение техники бега на выносливость: кроссовый бег, чередующийся с быстрой ходьбой.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику бега на выносливость: кроссовый бег, чередующийся с быстрой ходьбой.Коррекционно- развивающие: развивать силовые качества.Коррекционно- воспитательные: воспитывать смелость и умение преодолевать трудности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение специально- беговых упражнений.2.Выполнение равномерного бега по длинной дистанции.3.Правильное удерживание корпуса и рук в медленном беге в сочетании с дыханием	1. Выполняют специально- беговые упражнения (по возможности).2. Выполняют равномерный бег по длинной дистанции по инструкции учителя. 3.Выполняют медленный бег в чередовании с ходьбой	1. Выполняют специально- беговые упражнения2. Выполняют равномерный бег по длинной дистанции. 3.Выполняют медленный бег
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение специально- беговых упражнений	Совместно с родителем выполняют специально- беговые упражнения	Самостоятельно выполняют специально- беговые упражнения

5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее ФАООП УО, вариант (1), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. №1026 (http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202212300059) и адресована обучающимся с нарушением интеллекта с учетом реализации особых образовательных потребностей.

Также основой нормативно-правовой базы являются следующие документы:

- Методические рекомендации «Организация образования обучающихся с нарушениями интеллекта с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий», г. Москва, 2026 год;

- АООП, 1 вариант, 2 вариант МКОУ «Ножовская школа-интернат VIII вида», разработанной, 31.08.2023 г.;

-Учебный план МКОУ «Ножовская школа-интернат VIII вида», утвержденный 31.08.2026 года;

-Календарный учебный график на 2026-2027 учебный год, утвержденный приказом от 17.08.2026 ОД-100.

Учебный предмет «Адаптивная физическая культура» относится к предметной области «Физическая культура» и является обязательной частью учебного плана. В соответствии с учебным планом рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 5 классе рассчитана на 34 учебные недели и составляет 68 часов в год (2 часа в неделю).

Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа определяет цель и задачи учебного предмета «Адаптивная физическая культура».

Цель обучения – всестороннее развитие личности обучающихся с нарушением интеллекта в процессе приобщения их к физической культуре, коррекция недостатков психофизического развития; развитие индивидуальных двигательных возможностей; создание условий для социальной адаптации.

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 5 классе определяет следующие задачи:

– формирование потребности в систематических занятиях физической культурой, доступными видами спорта;

– формирование основных двигательных качеств: быстрота, сила, ловкость и др.;

– развитие у обучающихся умения следить за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, адекватно их дозировать;

– формирование умения ходить и бегать в различном темпе, во время бега и ходьбы не задерживать дыхание; выполнять ускорения на отрезках от 40-до 60 м;

– формирование умения выполнять прыжок в длину (способом «согнув ноги» с разбега);

– формирование умения метать мяч (на дальность и в цель);

– совершенствование техники выполнения строевых команд и перестроений;

– совершенствование умения сохранять равновесие во время выполнения заданий на гимнастической скамейке и стенке;

– формирование умения выполнять самостоятельно общеразвивающие и корригирующие упражнения в определенном ритме;

– совершенствование умения перелезать через препятствие и подлезать под препятствие различными способами в зависимости от высоты препятствия;

– совершенствования умения передвигаться на лыжах изученными способами;

– формирование мотивации к здоровому образу жизни;

– совершенствование техники и приемов в спортивных играх;

– коррекция недостатков познавательной сферы и психомоторного развития;

– развитие и совершенствование волевой сферы;

– воспитание нравственных качеств и свойств личности.

II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

Содержание учебного предмета «Адаптивная физическая культура» отражено в следующих разделах: «Гимнастика», «Легкая атлетика», «Лыжная подготовка», «Спортивные игры». В каждом из разделов выделено два взаимосвязанных подраздела: «Теоретические сведения» и «Практический материал».

В разделе «Гимнастика» (подраздел «Практический материал») кроме построений и перестроений представлены два основных вида физических упражнений: с предметами и без предметов, содержание которых по сравнению с младшими классами в основном остается без изменений, но при этом возрастает их сложность и увеличивается дозировка.

В раздел «Легкая атлетика» включены традиционные виды: ходьба, бег, прыжки, метание, которые способствуют развитию физических качеств обучающихся (силы, ловкости, быстроты).

Освоение раздела «Лыжная подготовка» направлено на дальнейшее совершенствование навыков владения лыжами, которые способствуют коррекции психомоторной сферы обучающихся. В тех регионах, где климатические условия не позволяют систематически заниматься лыжной или конькобежной подготовками, следует заменить их занятиями гимнастикой, легкой атлетикой, подвижными играми. Но в этом случае следует проводить уроки физкультуры не только в условиях спортивного зала, но и на свежем воздухе.

Особое место в системе уроков по физической культуре занимают разделы «Подвижные игры» и «Спортивные игры», которые не только способствуют укреплению здоровья обучающихся и развитию у них необходимых физических качеств, но и формируют навыки коллективного взаимодействия. Начиная с 5-го класса обучающиеся знакомятся с доступными видами спортивных игр: волейболом, баскетболом, настольным теннисом, хоккеем на полу (последнее может использоваться как дополнительный материал).

Обучение учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 5 классе направлено на всестороннее развитие ребенка, развитие его потенциальных возможностей. В процессе проведения уроков адаптивной физической культуры применяются общепедагогические и специальные методы и технологии физического воспитания (метод упражнений, игровой метод, соревновательный метод и др.).

Таблица 1. Основное содержание учебного предмета «Адаптивная физическая культура» в 5 классе.

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов
1	Теоретические сведения о физической культуре	В процессе обучения (в течение учебного года)
2	Гимнастика	14
3	Легкая атлетика	20
4	Лыжная подготовка	16
5	Спортивные игры	18
	Итого	68

III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты

– осознает себя гражданином России; демонстрирует чувство гордости за свою Родину;

– владеет навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;

– демонстрирует навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в соревновательной и игровой деятельности.

– владеет знаниями правил безопасного, здорового образа жизни и отдельными навыками их выполнения;

– проявляет интерес к физической культуре и спорту, демонстрирует потребность в систематических занятиях физической культурой и доступными видами спорта;

– имеет адекватные представления о собственных возможностях,

– владеет социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;

– на доступном уровне способен к осмыслению социального окружения, своего места в нем;

– принимает и осваивает социальную роль обучающегося, демонстрирует на доступном уровне социально значимые мотивы учебной деятельности.

Уровни достижения

предметных результатов по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» на конец 5 класса

Предметные результаты

минимальный уровень

• имеет элементарные представления о физической культуре как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

• выполняет комплексы утренней гимнастики (под руководством учителя);

• знает основные правила поведения на уроках физической культуры и осознанно их применяет;

• имеет представления о двигательных действиях; знает строевые команды и выполняет строевые действия по словесной инструкции;

• умеет вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;

• ходит в различном темпе с различными исходными положениями;

• имеет представления о видах двигательной активности, направленных на развитие основных физических качеств в процессе участия в спортивных играх и эстафетах;

• взаимодействует со сверстниками в организации и проведении спортивных игр, соревнований;

• имеет представления о бережном обращении с инвентарём и оборудованием, соблюдает требования техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

достаточный уровень

• осваивает на доступном уровне элементы гимнастики, легкой атлетики, лыжной подготовки, спортивных игр и других видов физической культуры;

• самостоятельно выполняет комплекс упражнений утренней гимнастики;

• выполняет комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; участвует в оздоровительных занятиях, включенных в режим дня;

• умеет подавать строевые команды, вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;

• участвует со сверстниками в спортивных играх и эстафетах;

• умеет оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам в процессе участия в спортивных играх и соревнованиях; осуществляет их объективное судейство;

• знает отдельные спортивные традиции своего народа и других народов;

• знает некоторые факты из истории развития физической культуры, понимает её роль и значение в жизнедеятельности человека;

• знает способы использования различного спортивного инвентаря в основных видах двигательной активности;

• знает правила техники выполнения двигательных действий;

• знает физические упражнения различной целевой направленности, выполняет их с заданной дозировкой нагрузки;

• соблюдает требования техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

Результаты формирования базовых учебных действий:

Личностные учебные действия:

На основе представлений и элементарных знаний (на доступном уровне):

• испытывает чувство гордости за свою страну;

• бережно относится к культурно-историческому наследию родного края и страны;

• активно включается в общеполезную социальную деятельность.

Коммуникативные учебные действия:

В ситуации взаимодействия, организованной учителем:

• вступает и поддерживает коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия (учебных, трудовых, бытовых и др.);

• слушает собеседника, вступает в диалог и поддерживает его;

• использует доступные источники и средства получения информации для решения коммуникативных и познавательных задач.

Регулятивные учебные действия:

При совместной, организованной учителем деятельности:

• принимает и сохраняет цели и задачи учебных и практических заданий и упражнений, находит адекватный способ их решения;

• обладает готовностью к осуществлению взаимного контроля в совместной деятельности и самоконтроля собственной деятельности;

• адекватно реагирует на внешний контроль и оценку, корректирует в соответствии с ней свою деятельность.

Познавательные учебные действия:

На уроке в учебной деятельности, организованной учителем и под его контролем:

• дифференцированно воспринимает окружающий мир, его временно-пространственную организацию;

• использует усвоенные логические операции (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию, установление аналогий, закономерностей, причинно-следственных связей) на наглядном, доступном вербальном материале, в практической деятельности (в соответствии с индивидуальными возможностями);

• использует в жизни и деятельности некоторые межпредметные знания, отражающие несложные, доступные существенные связи и отношения между объектами, явлениями и процессами.

IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Тема учебного занятия	Кол-во часов	Программное содержание	Дифференциация видов деятельности	
				Минимальный уровень	Достаточный уровень
Легкая атлетика					
1	Инструктаж по технике безопасности на уроках легкой атлетики. Медленный бег с равномерной скоростью	1	Беседа по технике безопасности на занятиях легкой атлетикой. Выполнение ходьбы с сочетанием ее разновидностей. Выполнение медленного бега в равномерном темпе до 2 мин. Подвижная игра с бросками и ловлей мяча.	Слушают инструктаж о правилах поведения на уроках легкой атлетики, отвечают на вопросы учителя. Выполняют ходьбу, бег. Принимают участие в игре.	Слушают инструктаж о правилах поведения на уроках легкой атлетики, отвечают на вопросы учителя. Выполняют ходьбу. Выполняют бег с равномерной скоростью. Участвуют в подвижной игре сбросками и ловлей мяча.
2	Значение ходьбы для укрепления здоровья человека. Продолжительная ходьба 15-20 мин в различном темпе	1	Определение оптимального двигательного режима для своего возраста, его виды. Выполнение продолжительной ходьбы в различном темпе, сохраняя правильное положение тела в движении. Движение акцентированным шагом (подготовительный к строевому шагу); шаг на месте, остановка.	Смотрят слайды мультимедийной учебной презентации «Значение ходьбы для укрепления здоровья человека». Выполняют разминку в медленном темпе. Идут продолжительной ходьбой 10-15 мин. Выполняют шаг на месте, остановка (по инструкции учителя).	Смотрят слайды мультимедийной учебной презентации «Значение ходьбы для укрепления здоровья человека». Отвечают на вопросы учителя по содержанию мультимедийной учебной презентации. Выполняют разминку в быстром темпе. Идут продолжительной ходьбой 15-20 мин. Выполняют акцентированный шаг, шаг на месте, остановка (по инструкции учителя).

3	Спортивная ходьба. Бег с переменной скоростью до 2 мин	1	Выполнение ходьбы легко и свободно, не задерживая дыхание. Ходьба на скорость на 60 м. Выполнение бега легко и свободно, не задерживая дыхание.	Выполняют разминку в медленном темпе. Выполняют ходьбу на скорость 10 мин (от 30-50 м). Выполняют бег с переменной скоростью до 1 мин.	Выполняют разминку в быстром темпе. Выполняют ходьбу на скорость 10 мин (от 30-60 м). Выполняют бег с переменной скоростью до 2 мин.
4	Запрыгивание на препятствие высотой до 30-40 см	1	Выполнение ходьбы с поочередными выталкиваниями вверх с правой и левой ноги (на каждый шаг). Ходьба с перешагиванием препятствий. Ходьба в быстром темпе, с малым продвижением вперед. Выполнение пружинистого толчка ногами, мягкое приземление, сохраняя равновесие. Прыжки через вертикальные препятствия. Подвижная игра для развития прыжковой выносливости.	Выполняют общеразвивающие упражнения для подготовки мышц ног к прыжкам. Выполняют ходьбу в медленном темпе с малым продвижением вперед. Выполняют задания в движении для подготовки к прыжкам в медленном темпе. Выполняют запрыгивания и спрыгивания с препятствия до 30 см. Выполняют прыжки через препятствия (с помощью учителя). Участвуют в подвижной игре.	Выполняют общеразвивающие упражнения для подготовки мышц ног к прыжкам. Выполняют ходьбу в медленном темпе с малым продвижением вперед. Выполняют задания для подготовки к прыжкам. Выполняют запрыгивания и спрыгивания с препятствия высотой 40 см. Выполняют прыжки через препятствия (после показа учителя). Участвуют в подвижной игре.
5	Бег на отрезках до 30 м. Беговые упражнения	1	Освоение названий беговых упражнений и последовательность их выполнения. Выполнение беговых упражнений, быстрого бега на отрезках. Выполнение перехода	Выполняют различные виды ходьбы, ориентируясь на образец выполнения другими школьниками. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Выполняют беговые упражнения по показу учителя, бегут с ускорением	Выполняют ходьбу с сочетанием разновидности ходьбы. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Выполняют беговые упражнения, бегут с ускорением на отрезках до 30 м -2-3 раза.

			от стартового разбега к бегу. Выполнение старта и финиша.	на отрезках до 30 м -1 раз. Выполняют медленный бег по команде «Старт».	Выполняют стартовый разбег, стартуют из различных исходных положений.
6	Метание набивного мяча (1 кг) двумя руками снизу, из-за головы, через голову	1	Определение названия мяча, какие качества развивают упражнения с этим мячом. Демонстрация техники бросков набивного мяча двумя руками снизу, из-за головы, через голову. Выполнение броска согласовывая движения рук и туловища.	Рассматривают наглядные материалы по теме урока. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Выполняют метание набивного мяча снизу (после показа и объяснения учителя).	Рассматривают наглядные материалы по теме урока, отвечают на вопросы учителя и поддерживают беседу. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Выполняют метание набивного мяча из различных исходных положений.
7	Техника бега с низкого старта	1	Выполнение ходьбы в различных темпах, выполнение упражнений в движении. Выполнение бега в различном темпе. Выполнение беговых упражнений. Освоение понятия низкий старт. Демонстрирование техники стартового разгона, переходящего в бег на дистанции. Выполнение бега по прямой с низкого старта.	Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках). Выполняют бег в медленном темпе. Выполняют комплекс беговых упражнений (3-4 вида). Наблюдают за демонстрацией техники выполнения низкого старта. Демонстрируют технику выполнения низкого старта и стартового разгона (по показу учителя), переходящего в бег на дистанции 40 м.	Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках, перекатом с пятки на носок, с выпадом). Выполняют бег в различных темпах. Выполняют комплекс беговых упражнений (5-6 видов). Наблюдают за демонстрацией техники выполнения низкого старта. Демонстрируют технику выполнения низкого старта и стартового разгона, переходящего в бег на дистанции 60 м.
8	Бег на средние дистанции (150 м)	1	Выполнение ходьбы в различных темпах, выполнение упражнений в движении.	Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках). Выполняют бег в медленном темпе.	Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках, перекатом с пятки на носок, с выпадом).

			Выполнение бега в различном темпе. Демонстрация техники подсчета ЧСС. Выполнение беговых упражнений. Выполнение бега на средние дистанции, распределяя свои силы в беге на дистанции. Выполнение подсчета ЧСС.	Выполняют комплекс беговых упражнений (3-4 вида). Наблюдают технику подсчета ЧСС, (с помощью учителя) определяют место измерения пульса. Выполняют кроссовый бег до 150 м (допускается смешанное передвижение). Подсчитывают ЧСС (с помощью учителя).	Выполняют бег в различном темпе. Выполняют комплекс беговых упражнений (5-6 видов). Наблюдают технику подсчета ЧСС, определяют место измерения пульса, (с помощью учителя) подсчитывают удары в минуту. Выполняют кроссовый бег до 150 м (девочки), на дистанцию 300 м (мальчики). Выполняют подсчет ЧСС
Спортивные игры					
9	Инструктаж по технике безопасности на занятиях спортивными играми. Значение и основные правила закаливания	1	Беседа по технике безопасности на занятиях спортивными играми. Беседа об основных средствах и правилах закаливания организма. Передвижение, исполнение команд в колонне сохраняя дистанцию и равнение в затылок. Ознакомление с бегом в чередовании с ходьбой. Подвижная игра на внимание.	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорных поощрений). Выполняют построение (с помощью учителя). Отвечают на вопросы учителя. Передвигаются в колонне бегом в чередовании с ходьбой (по указанию учителя). Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, колонну, круг, осваивают строевые действия в шеренге и колонне. Передвигаются в колонне бегом в чередовании с ходьбой. Участвуют в подвижной игре.
10	Перемещение на площадке в пионерболе, прием и передача мяча двумя руками у стены и в парах	1	Выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев.	Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев (по возможности). Выполняют основные перемещения на площадке, после инструкции учителя, ориентируясь на	Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев. Демонстрируют прием и передачу мяча двумя руками у стены и в парах.

			Тренировка приема и передачи мяча двумя руками у стены и в парах. Выполнение основных перемещений на площадке при игре в пионербол.	образец выполнения обучающимися из 2 группы. Демонстрируют прием и передачу мяча двумя руками у стены и в парах, после инструкции учителя, ориентируясь на образец выполнения обучающимися из 2 группы.	Выполняют основные перемещения на площадке. Демонстрируют отдельные игровые умения.
11	Бросок мяча через сетку одной рукой и ловля двумя руками после подачи	1	Выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев. Выполнение основных перемещений на площадке при игре в пионербол. Выполнение бросков мяча через сетку одной рукой и ловля двумя руками после подачи.	Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев (по возможности). Выполняют перемещения на площадке (с помощью учителя). Выполняют броски мяча (по инструкции учителя).	Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев. Выполняют перемещения на площадке. Выполняют броски мяча Демонстрируют отдельные игровые умения.
12	Техника подачи мяча в пионерболе	1	Выполнение перемещений на площадке игроков в пионерболе, выполнение приема и передачи мяча двумя руками у стены и в парах. Выполнение подачи мяча в игре.	Выполняют перемещения на площадке (с помощью учителя). Выполняют прием и передачу мяча у стены (по инструкции и показу учителя). Осваивают и используют игровые умения (подача мяча в пионерболе).	Выполняют перемещения на площадке. Выполняют прием и передачу мяча в паре. Осваивают и используют игровые умения (подача мяча в пионерболе).
13	Розыгрыш мяча на три паса в пионерболе	1	Выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев. Выполнение основных перемещений на площадке при игре в пионербол. Выполнение	Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев (по возможности). Выполняют перемещения на площадке (с помощью учителя). Выполняют	Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев. Выполняют перемещения на площадке.

			приема и передачи мяча двумя руками у стены и в парах. Выполнение способов розыгрышей мяча на три паса в пионерболе. Тренировка игровых действий.	упражнения с мячом (по инструкции и по показу учителя). Используют приобретенные умения в процессе игры (под контролем учителя).	Выполняют упражнения с мячом. Используют приобретенные умения в процессе игры (под контролем учителя).
14	Баскетбол. Упрощенные правила игры в баскетбол; права и обязанности игроков, предупреждение травматизма во время игровых действий.		Беседа о санитарно-гигиенических требованиях к занятиям баскетболом. Права и обязанности игроков на площадке, предупреждение травматизма. Освоение простейших правил игры в баскетбол. Подвижная игра на броски и передачу мяча.	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорных поощрений). Повторяют за учителем правила безопасной игры. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу. Знакомятся с правилами игры в баскетбол, осваивают их (под контролем учителя). Участвуют в подвижной игре.
15	Стойка баскетболиста. Передача мяча двумя руками от груди в парах с продвижением вперед	1	Демонстрация стойки баскетболиста. Освоение стойки баскетболиста. Освоение передачи мяча двумя руками от груди с шагом навстречу друг другу. Осваивание приема мяча двумя руками с последующим ведением и остановкой. Выполнение ведения мяча на месте и в движении.	Осваивают стойку баскетболиста (после неоднократного показа и инструкции учителя). Выполняют остановки по сигналу учителя, выполняют повороты на месте с мячом в руках, передают и ловят мяч двумя руками от груди в парах на месте (с опорой на образец действий учителя). Ведут мяч одной рукой на месте и в движении шагом, после инструкции учителя, ориентируясь на образец выполнения обучающимися из более сильной группы.	Осваивают стойку баскетболиста (после инструкции учителя). Выполняют остановки по сигналу учителя, выполняют повороты на месте с мячом в руках, передают и ловят мяч двумя руками от груди в парах (с опорой на образец действий учителя). Ведут мяч одной рукой на месте и в движении шагом (по инструкции учителя).

16	Ведение мяча с обводкой препятствий	1	Демонстрация техники ведения мяча. Освоение техники ведения мяча. Выполнение передвижений без мяча. Выполнение ведения мяча с обводкой условных противников. Выполнение передачи мяча двумя руками от груди в парах с продвижением вперед.	Осваивают технику ведения мяча (после неоднократного показа учителем и ориентируюсь на образец выполнение обучающимися 2 группы). Выполняют передвижения без мяча. Выполняют ведение мяча с обводкой условных противников. Выполняют передачу мяча двумя руками от груди в парах с продвижением вперед.	Осваивают технику ведения мяча (после показа учителя). Выполняют передвижения без мяча. Выполняют ведение мяча с обводкой условных противников. Выполняют передачу мяча двумя руками от груди в парах с продвижением вперед.
17	Бросок мяча по корзине с низу двумя руками и от груди с места. Эстафета с элементами волейбола	1	Демонстрация техники броска мяча по корзине двумя руками снизу и от груди с места. Выполнение бросков по корзине двумя руками снизу и от груди с места, демонстрирование элементов техники баскетбола. Выполнение передачи мяча двумя и одной рукой в парах, тройках в движении.	Осваивают технику броска мяча по корзине двумя руками снизу и от груди с места. Выполняют передачи мяча с продвижением вперед двумя руками. Бросают мяч в корзину двумя руками снизу от груди с места (после инструкции учителя и ориентируюсь на образец выполнение обучающимися более сильной группы).	Осваивают технику броска мяча по корзине двумя руками снизу и от груди с места. Выполняют передачи мяча двумя и одной рукой в парах, тройках, с продвижением вперед. Бросают мяч в корзину двумя руками снизу и от груди с места (после инструкции учителя).
18	Комбинации из основных элементов техники перемещений и владения мячом. Учебная игра по упрощенным правилам	1	Упражнения с набивными мячами: броски мяча с близкого расстояния, с разных позиций и расстояния. Ведение мяча с передачей, с последующим броском в кольцо.	Выполняют упражнения с набивными мячами. Ведут, бросают, подбирают мяч в процессе учебной игры.	Выполняют упражнения с набивными мячами. Выполняют ведение мяча с передачей, с последующим броском в кольцо. Ведут, бросают, подбирают мяч в процессе учебной игры.

			Учебная игра по упрощенным правилам.		
Гимнастика					
19	Техника безопасности и правила поведения на занятиях гимнастикой. Перестроение из колонны по одному в колонну по два на месте.	1	Беседа по технике безопасности на занятиях гимнастикой. Выполнение строевых действий согласно расчету и команде. Выполнение перестроения из колонны по одному в колонну по два на месте. Упражнения на сочетание ходьбы и бега в колонне. Выполнение упражнений со скакалкой. Выполнение прыжков через скакалку на месте в равномерном темпе.	Принимают участие в беседе (с опорой на наглядные материалы). Выполняют строевые действия. Выполняют упражнения на сочетание ходьбы и бега в колонне (ориентируясь на образец выполнения обучающимися более сильной группы). Выполняют упражнения со скакалкой. Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе на двух ногах произвольным способом.	Принимают участие в беседе. Выполняют строевые действия. Выполняют упражнения на сочетание ходьбы и бега в колонне. Выполняют упражнения со скакалкой. Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе на двух, одной ноге произвольным способом.
20	Утренняя гимнастика, ее значение	1	Выполнение поворотов на месте налево и направо переступанием. Выполнение ритмичной ходьбы с сохранением заданного темпа. Выполнение общеразвивающих упражнений утренней гимнастики. Подвижная игра с бегом.	Выполняют простые виды построений, осваивают на доступном уровне строевые действия в шеренге и колонне ((с помощью учителя)). Выполняют ходьбу с изменением скорости. Выполняют практические задания с заданным параметрами: составляют комплекс утренней гимнастики (с помощью учителя).	Выполняют построения и перестроения в шеренгу, колонну, осваивают действия в шеренге и колонне. Выполняют ходьбу с изменением скорости. Выполняют практические задания с заданным параметрами: составляют комплекс утренней гимнастики. Участвуют в игре после инструкции и показа учителя.

				Участвуют в подвижной игре (по инструкции и показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий).	
21	Упражнения на укрепление мышц туловища, рук и ног	1	Выполнение фигурной маршировки. Выполнение упражнений на укрепление мышц туловища, рук и ног.	Выполняют фигурную маршировку (ориентируясь на образец выполнения впереди идущего учащегося). Выполняют упражнения на укрепление мышц туловища, рук и ног (с дифференцированной помощью учителя).	Выполняют фигурную маршировку. Выполняют комплекс упражнений на укрепление мышц туловища, рук и ног.
22	Упражнения с сопротивлением	1	Выполнение упражнений с элементами единоборств. Сохранение равновесия при движении по скамейке.	Выполняют комплекс упражнений с сопротивлением (3-5 упражнений), ориентируясь на образец выполнения учителем. Выполняют упражнения на равновесие на скамейке: повороты с различными движениями рук, с хлопками под ногой и др.	Выполняют комплекс упражнений с сопротивлением (по инструкции учителя). Выполняют упражнения на равновесие на скамейке: повороты с различными движениями рук, с хлопками под ногой, повороты на носках и др.
23	Упражнения на развитие ориентации в пространстве	1	Выполнение ходьбы «змейкой», «противоходом». Выполнение упражнений со сложенной скакалкой в различных исходных положениях, прыжки через скакалку на двух и одной ноге.	Выполняют ходьбу «змейкой», «противоходом». Выполняют комплекс упражнений со скакалкой. Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе на двух ногах произвольным способом.	Выполняют ходьбу «змейкой», «противоходом». Выполняют комплекс упражнений со скакалкой. Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе на двух, одной ноге произвольным способом

24	Повороты направо, налево, кругом (переступанием). Упражнения на сохранение равновесия	1	Ориентирование в пространстве, сохранение равновесия при движении по скамейке. Выполнение перестроений на месте. Прыжки через скакалку на одной, двух ногах.	Выполняют ходьбу по гимнастической скамейке с различными положениями рук. Выполняют строевые действия под щадящий счёт. Выполняют перестроение из колонны по одному в колонну по два, по три на месте. Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе на двух ногах произвольным способом.	Выполняют ходьбу по гимнастической скамейке с различными положениями рук. Выполняют строевые действия. Выполняют перестроение из колонны по одному в колонну по два, по три на месте. Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе на двух, одной ноге произвольным способом.
25-26	Лазание по гимнастической стенке вверх-вниз, с одновременной перестановкой руки и ноги	2	Лазание по гимнастической стенке разными способами: ставя ноги на каждую рейку или через одну. Выполнение упражнений на дыхание. Подвижная игра.	Выполняют упражнения на лазание (с помощью учителя). Выполняют упражнения на дыхание. Участвуют в игре (по инструкции учителя).	Выполняют упражнения на лазание. Выполняют упражнения на дыхание. Участвуют в игре (по инструкции учителя).
27-28	Расхождение вдвоем поворотом при встрече на гимнастической скамейке	2	Выполнение упражнений на гимнастической скамейке сохраняя равновесие.	Выполняют упражнения на равновесие (после неоднократного показа учителя). Выполняют игровые задания (в паре).	Выполняют упражнения на равновесие (после показа учителем). Участвуют в соревновательной деятельности.
29	Упражнения с гимнастическими палками	1	Выполнение упражнений с гимнастическими палками. Составление и выполнение комбинации упражнений на скамейке.	Выполняют 4-6 упражнений с гимнастической палкой. Выполняют доступные упражнения на равновесие на скамейке.	Выполняют упражнения с гимнастической палкой. Выполняют и демонстрируют комбинацию упражнений на скамейке.

30	Упражнения для формирования правильной осанки	1	Упражнения для формирования правильной осанки. Переноска 2- 3 набивных мячей весом до 5-6 кг. Переноска гимнастического коня и козла, матов на расстояние до 15 м. Выполнение прыжка согнув ноги через козла, коня в ширину.	Выполняют комплекс упражнений на формирование правильной осанки (по показу учителя). Переносят 1- 2 набивных мяча весом до 3-4 кг. Переносят гимнастического коня и козла, маты на расстояние до 10 м.	Выполняют комплекс упражнений на формирование правильной осанки (по инструкции учителя). Выполняют опорный прыжок (ноги врозь) через козла, коня в ширину (с помощью учителя). Переносят 2- 3 набивных мяча весом до 5-6 кг. Переносят гимнастического коня и козла, маты на расстояние до 15 м.
31	Упражнения со скакалкой	1	Выполнение упражнений со скакалкой. Выполнение прыжковых упражнений.	Выполняют упражнения со скакалкой (с помощью учителя). Выполняют прыжковые упражнения (под контролем учителя).	Выполняют упражнения со скакалкой по показу и инструкции учителя. Выполняют комплекс прыжковых упражнений (после инструкции учителя).
32	Упражнения для развития пространственно- временной дифференцировки и точности движений	1	Выполнение построения в колонну по два, соблюдая заданное расстояние. Выполнение прыжка в длину с места на заданное расстояние. Передача набивного мяча сидя, стоя из одной руки в другую над головой.	Выполняют построение в колонну по два, соблюдая заданное расстояние (по ориентирам). Прыгают в длину с места на заданное расстояние. Передают набивной мяч сидя, стоя из одной руки в другую над головой (с помощью учителя).	Выполняют построение в колонну по два, соблюдая заданное расстояние. Прыгают в длину с места на заданное расстояние. Передают набивной мяч сидя, стоя из одной руки в другую над головой.
Лыжная подготовка					
33	Техника безопасности и правила поведения на уроках лыжной подготовкой	1	Беседа о правилах обращения с лыжным инвентарем и техники безопасности на занятиях лыжной подготовкой.	Отвечают на вопросы по технике безопасности. Знакомятся с информацией о предупреждении травм и	Отвечают на вопросы по технике безопасности. Знакомятся с информацией о предупреждении травм и обморожений

			Выполнение упражнений для подготовки к занятию, подбор лыжного инвентаря.	обморожений (смотрят слайды мультимедийной учебной презентации и др. наглядные материалы). Готовятся к занятию, выбирают лыжи и палки (по инструкции учителя)	(смотрят слайды мультимедийной учебной презентации и др. наглядные материалы). Готовятся к занятию, выбирают лыжи и палки.
34	Скользящий шаг без палок и с палками	1	Построение в шеренгу с лыжами у ноги. Повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне. Одевание лыжного инвентаря. Совершенствование техники выполнения скользящего шага без палок и с палками.	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию. Одевают лыжный инвентарь (с помощью учителя) передвигаются на лыжах скользящим шагом.	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой. Одевают лыжный инвентарь. Передвигаются по лыжне скользящим шагом без палок и с палками.
35-36	Прохождение отрезков на время от 200 до 300 м	2	Построение в шеренгу с лыжами у ноги. Повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне. Одевание лыжного инвентаря. Выполнение попеременного двухшажного хода. Прохождение на лыжах отрезков на скорость.	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. Одевают лыжный инвентарь (с помощью учителя). Осваивают выполнение попеременного двухшажного хода (по возможности) после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий).	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию. Одевают лыжный инвентарь. Выполняют попеременный двухшажный ход (после инструкции и показа учителя).

37-38	Одновременный бесшажный ход	2	Построение в шеренгу с лыжами у ноги. Повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне. Освоение одновременного бесшажного хода на лыжах. Демонстрация техники одновременного бесшажного хода. Выполнение передвижения одновременным бесшажным ходом	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию. Наблюдают показ техники одновременного бесшажного хода. Осваивают технику передвижения одновременного бесшажного хода (по возможности). Выполняют передвижение одновременным бесшажным ходом (по возможности).	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию. Наблюдают показ техники одновременного бесшажного хода. Осваивают технику передвижения одновременного бесшажного хода. Выполняют передвижение одновременным бесшажным ходом.
39	Спуск в высокой стойке со склона, подъем «лесенкой» (с соблюдением техники безопасности)	1	Построение в шеренгу с лыжами у ноги. Повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне. Совершенствование способа подъема на лыжах. Сохранение равновесия при спуске со склона в высокой стойке. Выполнение техники подъема «лесенкой».	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию. Выполняют спуск в высокой стойке со склона, сохраняя равновесие изученными способами (по возможности). Выполняют подъем «лесенкой» (по возможности).	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию. Выполняют спуск в высокой стойке со склона, сохраняя равновесие изученными способами. Выполняют подъем «лесенкой»
40-41	Поворот махом на месте	2	Построение в шеренгу с лыжами у ноги. Повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне. Освоение способа поворота на лыжах махом. Демонстрация техники поворота махом на месте. Выполнение поворота махом на лыжах. Выполнение	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию. Осваивают способ поворота на лыжах махом. Выполняют поворот махом на лыжах (после инструкции и неоднократного показа учителя). Выполняют	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию. Осваивают способ поворота на лыжах махом.

			передвижения скользящим шагом по лыжне с палками.	передвижения скользящим шагом по лыжне с палками (по возможности).	Выполняют поворот махом на месте на лыжах. Выполняют передвижение на лыжах скользящим шагом с палками.
42-43	Одновременный двухшажный ход	2	Построение в шеренгу с лыжами у ноги. Повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне. Освоение передвижения на лыжах одновременным двухшажным ходом. Демонстрация техники одновременного двухшажного хода. Выполнение передвижения одновременным двухшажным ходом.	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию. Наблюдают показ техники одновременного двухшажного хода. Осваивают технику передвижения одновременным двухшажным ходом (по возможности). Выполняют передвижение одновременным двухшажным ходом (по возможности).	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию. Наблюдают показ техники одновременного двухшажного хода. Осваивают технику передвижения одновременным двухшажным ходом. Выполняют передвижение одновременным двухшажным ходом.
44	Повороты переступанием в движении	1	Построение в шеренгу с лыжами у ноги. Повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне. Передвижение по учебному кругу ступающим и скользящим шагом. Выполнение упражнения, демонстрирующего Повороты переступанием в движении.	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию. Передвигаются по учебному кругу ступающим и скользящим шагом. Выполняют повороты на лыжах на месте.	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию. Передвигаются по учебному кругу ступающим и скользящим шагом. Выполняют поворот переступанием в движении.
45	Обучение правильному падению при прохождении спуска	1	Построение в шеренгу с лыжами у ноги. Повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне.	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию. Осваивают	Выполняют построение с лыжами.

			Выполнение способа торможения на лыжах. Освоение техники падения на бок.	комбинированное торможение лыжами и палками (по возможности). Наблюдают показ техники правильного падения (при прохождении спуска). Выполняют спуски в средней стойке.	Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию. Выполняют комбинированное торможение лыжами и палками. Наблюдают показ техники правильного падения (при прохождении спуска). Выполняют спуски в средней стойке. Выполняют подъем «лесенкой», «ёлочкой», имитируют и тренируют падение при прохождении спуска.
46-47	Прохождение на лыжах за урок до 1 км	2	Построение в шеренгу с лыжами у ноги. Повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне. Прохождение дистанции на лыжах.	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию. Проходят дистанцию без учета времени от 0,5 до 0,8 км (по возможности).	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию. Проходят дистанцию без учета времени 1 км.
48	Игры на лыжах: «Пятнашки простые», «Самый меткий»	1	Построение в шеренгу с лыжами у ноги. Повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне. Совершенствование техники передвижения без палок, развитие ловкости в играх на лыжах.	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию. Играют в игры на лыжах (по возможности).	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию. Играют в игры на лыжах.
Спортивные игры					

49-50	Инструктаж по технике безопасности на занятиях спортивными играми. Правила игры в волейбол, наказания при нарушениях правил игры и судейство	2	Беседа по технике безопасности на занятиях спортивными играми. Беседа об основных средствах и правилах закаливания организма. Ознакомление с простейшими правилами игры волейбол, правилами судейства, наказаниями при нарушениях правил игры. Выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев.	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорных поощрений). Осваивают простейшие правила игры в волейболе, запоминают названия наказаний при нарушении правил игры (с неоднократным повторением названий учителем). Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев.	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу. Осваивают простейшие правила игры в волейбол, запоминают названия наказаний при нарушении игры. Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев.
51	Стойка волейболиста. Перемещения на площадке, передача мяча сверху двумя руками над собой и передача мяча снизу двумя руками на месте и после перемещения	1	Ознакомление с основными стойками волейболиста. Демонстрация основных стоек в волейболе, передачи мяча сверху, снизу. Выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев. Перемещение игроков в волейболе, выполнение приема и передачи мяча двумя руками у стены и в парах.	Осваивают основные стойки волейболиста (после неоднократного показа учителя), ориентируясь на выполнение стойки обучающимися из 2 группы. Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев. Выполняют перемещения на площадке (с помощью учителя). Осваивают и используют игровые умения (взаимодействие с партнерами).	Осваивают основные стойки волейболиста, (после показа учителя). Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев. Выполняют перемещения на площадке. Осваивают и используют игровые умения.
52	Нижняя прямая подача	1	Определение способов подачи мяча в волейболе. Освоение техники нижней прямой подачи.	Смотрят показ с объяснением технике правильного выполнения нижней прямой подачи. Определяют способы подачи мяча в волейболе.	Смотрят показ с объяснением технике правильного выполнения нижней прямой подачи. Определяют способы подачи мяча в волейболе.

			Освоение стойки во время выполнения нижней прямой подачи. Демонстрация техники нижней прямой подачи. Выполнение нижней прямой подачи.	Осваивают техники нижней прямой подачи (по инструкции учителя). Выполняют стойку во время нижней прямой подачи по неоднократной инструкции и показу учителя. Выполнение нижней прямой подачи (по инструкции учителя), ориентируясь на образец выполнения обучающимися из 2 группы.	Осваивают техники нижней прямой подачи (по инструкции учителя). Выполняют стойку во время нижней прямой подачи по неоднократной. Выполнение нижней прямой подачи.
53	Прыжки с места и с шага в высоту и длину. Учебная игра в волейбол	1	Закрепление правил перехода по площадке. Прыжки с места и с шага в высоту и длину (2-3 серии прыжков по 5-10 прыжков за урок). Сочетание работы рук, ног в прыжках у сетки. Выполнение игровых действий.	Выполняют переход по площадке (с помощью учителя). Прыгают вверх с места и с шага, у сетки (1-2 серии прыжков). Играют в учебную игру (по возможности)	Выполняют переход по площадке. Прыгают вверх с места и с шага, у сетки. Играют в учебную игру.
54	Настольный теннис.	1	Знакомство с атрибутикой игры настольный теннис Знакомство с правилами игры в настольный теннис. Основная стойка теннисиста. Выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев.	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на наглядные материалы. Осваивают простейшие правила игры в настольный теннис, запоминают названия наказаний при нарушении игры (с помощью учителя). Осваивают основную стойку теннисиста (по инструкции и показу учителя).	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на наглядные материалы. Осваивают простейшие правила игры в настольный теннис, запоминают названия наказаний при нарушении игры. Осваивают основную стойку теннисиста (по инструкции учителя). Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев. Выполняют жонглирование и

			Выполнение упражнений на отбивание мяча и жонглирование мячом, отбивание мяча ракеткой.	Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев (после демонстрации учителем). Выполняют жонглирование и отбивание мяча ракеткой (по возможности).	отбивания мяча ракеткой с соблюдением основной стойки.
55	Техника отбивания мяча то одной, то другой стороной ракетки	1	Жонглирование теннисным мячом, выполнение отбивания мяча то одной, то другой стороной ракетки. Передвижение во время игры, выполнение ударов со стандартных положений.	Выполняют прием и передачу мяча теннисной ракеткой (по возможности). Дифференцируют разновидности ударов (по возможности)	Выполняют прием и передачу мяча теннисной ракеткой. Дифференцируют разновидности ударов.
56	Стойка теннисиста. Техника короткой и длинной подачи мяча	1	Выполнение подачи мяча, принимая правильное исходное положение. Определение названия подачи.	Выполняют правильную стойку теннисиста и подачу мяча (по возможности). Дифференцируют разновидности подач (по возможности).	Выполняют правильную стойку теннисиста. Выполняют подачу мяча. Дифференцируют разновидности подач.
57	Правила соревнований по настольному теннису. Учебная игра в настольный теннис	1	Ознакомление с правилами соревнований по настольному теннису. Учебная игра. Концентрирование внимания во время игры.	Смотрят видеосюжет на тему «Правила соревнований по настольному теннису», отвечают на вопросы по его содержанию. Принимают участие в учебной игре (по возможности).	Смотрят видеосюжет на тему «Правила соревнований по настольному теннису», отвечают на вопросы по его содержанию. Принимают участие в учебной игре.
Легкая атлетика					

58	Бег на короткую дистанцию	1	Выполнение ходьбы группами наперегонки. Выполнение перепрыгивания через набивные мячи. Выполнение бега с высокого старта, стартовый разбег. Выполнение метания мяча в пол на дальность отскока.	Выполняют ходьбу группами наперегонки. Выполняют перепрыгивания через набивные мячи (расстояние 80-100 см, длина 4 метра). Выполняют бег с высокого старта, стартовый разбег. Выполняют метание мяча в пол на дальность отскока.	Выполняют эстафетный бег (по кругу 60 м) с правильной передачей эстафетной палочки. Выполняют перепрыгивания через набивные мячи (расстояние 80-100см, длина 5 метров). Выполняют бег с низкого старта, стартовый разбег. Выполняют метание мяча в пол на дальность отскока.
59	Бег на среднюю дистанцию (300 м)	1	Выполнение ходьбы на отрезках от 100 до 200 м. Выполнение бега на среднюю дистанцию. Выполнение метания малого мяча на дальность с места (коридор 10 м).	Проходят отрезки от 100 до 200 м. Выполняют кроссовый бег на дистанцию 200м. Выполняют метание малого мяча на дальность с места (коридор 10м).	Проходят отрезки от 100 до 200 м. Выполняют кроссовый бег на дистанцию 300м. Выполняют метание малого мяча на дальность с 3 шагов разбега (коридор 10м).
60-61	Прыжок в длину с полного разбега	2	Выполнение бега 60 м с ускорением (на время). Выполнение упражнений в подборе разбега для прыжков в длину. Прыжок в длину с полного разбега. Выполнение метания на дальность из-за головы через плечо с 4-6 шагов разбега	Бегут 60 м с ускорением и на время. Выполняют прыжок в длину с 3-5 шагов разбега. Выполняют метание на дальность из-за головы через плечо с 4-6 шагов разбега.	Бегут 60 м с ускорением и на время. Выполняют прыжок в длину с полного разбега. Выполняют метание на дальность из-за головы через плечо с 4-6 шагов разбега.

62	Толкание набивного мяча весом до 2-3 кг с места на дальность	1	Выполнение упражнений в подборе разбега для прыжков в длину. Прыжок в длину с полного разбега. Толкание набивного мяча на дальность.	Выполняют прыжок в длину с 3-5 шагов разбега. Наблюдают показ техники толкания набивного мяча весом до 2 кг. Толкают набивной мяч.	Выполняют прыжок в длину с полного разбега. Наблюдают показ техники толкания набивного мяча весом до 2 кг. Толкают набивной мяч весом до 3 кг
63-64	Метание теннисного мяча на дальность с полного разбега	2	Выполнение бега на дистанции 30 м (3-6 раза) за урок, на 60м – 3 раза. Метание теннисного мяча на дальность с полного разбега по коридору 10 м	Выполнение бега на дистанции 30 м (2-3 раза) за урок, на 40м – 1 раз. Выполняют метание теннисного мяча на дальность с места (коридор 10 м).	Выполнение бега на дистанции 40 м (3-6 раза) за урок, на 30м – 3 раза. Выполняют метание теннисного мяча на дальность с полного разбега (коридор 10 м).
65-66	Ходьба на скорость до 5 мин. в различном темпе с изменением шага	2	Ходьба на скорость до 5 мин. в различном темпе с изменением шага. Метание мяча с полного разбега на дальность в коридор 10 м	Выполняют ходьбу на скорость до 5 мин. в различном темпе с изменением шага. Осваивают метание малого мяча на дальность с места (коридор 10 м)	Выполняют ходьбу на скорость до 5 мин. в различном темпе с изменением шага. Выполняют метание малого мяча на дальность с места (коридор 10 м)
67	Эстафета 4*30 м	1	Выполнение беговых упражнений. Освоение техники передачи эстафетной палочки. Выполнение эстафетного бега.	Демонстрируют выполнение беговых упражнений. Выполняют эстафетный бег с этапами до 30 м.	Выполняют беговые упражнения. Пробегают эстафету (4 * 30 м).
68	Кроссовый бег 500 м	1	Выполнение беговых упражнений. Закрепление тактики бега на длинной дистанции.	Демонстрируют выполнение беговых упражнений. Бегут кросс на дистанции 0,3 км	Выполняют беговые упражнения. Бегут кросс на дистанции 0,5 км

V. ТЕХНОЛОГИЧЕСКОЕ И МЕТОДИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

Урок 1

<table>
<tr><td>Предмет</td><td colspan="3">Адаптивная физическая культура</td></tr>
<tr><td>Класс</td><td colspan="3">5</td></tr>
<tr><td>Материально-техническое обеспечение</td><td colspan="3">Мультимедийная презентация, мячи</td></tr>
<tr><td>Тип урока</td><td colspan="3">Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)</td></tr>
<tr><td>Тема</td><td colspan="3">Инструктаж по технике безопасности на уроках легкой атлетики. Медленный бег с равномерной скоростью</td></tr>
<tr><td>Цель</td><td colspan="3">Усвоение обучающимися техники безопасности на уроках легкой атлетики.</td></tr>
<tr><td>Задачи</td><td colspan="3">Коррекционно- образовательные: научить обучающихся соблюдать технику безопасности на уроках легкой атлетики.Коррекционно-развивающие: закрепить навык выполнения низкого старта, технику стартового разгона и финиширования, развивать скоростно-силовые качестваКоррекционно- воспитательные: воспитывать сознательное и бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.</td></tr>
<tr><td rowspan="3">Этапы урока</td><td colspan="3">Содержание деятельности</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Деятельность учителя</td><td colspan="2">Деятельность обучающихся</td></tr>
<tr><td>Минимальный уровень</td><td>Достаточный уровень</td></tr>
<tr><td>1. Организационный этап</td><td>Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия</td><td colspan="2">Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя</td></tr>
</table>

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Беседа по технике безопасности на занятиях легкой атлетикой	Слушают инструктаж о правилах поведения на уроках легкой атлетики, отвечают на вопросы односложно	Слушают инструктаж о правилах поведения на уроках легкой атлетики, отвечают на вопросы целыми предложениями
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение ходьбы с сочетанием разновидностей ходьбы.2. Выполнение медленного бега в равномерном темпе до 2 мин.3. Подвижная игра с бросками и ловлей мяча	1. Выполняют ходьбу с сочетанием разновидностей ходьбы по показу.2. Выполняют бег.3. Участвуют в игре по инструкции учителя	1. Выполняют ходьбу с сочетанием разновидностей ходьбы.2. Выполняют бег с равномерной скоростью.3. Играют в подвижную игру в после инструкции учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторение техники безопасности на занятиях легкой атлетикой	Совместно с родителем повторяют технику безопасности на занятиях легкой атлетикой	Самостоятельно повторяют технику безопасности на занятиях легкой атлетикой
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 2

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	5
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Значение ходьбы для укрепления здоровья. Продолжительная ходьба 15-20 мин в различном темпе

Цель	Освоение ходьба в различном темпе		
Задачи	Коррекционно- образовательные: обучить технике ходьба в различном темпе.Коррекционно- развивающие: способствовать развитию скоростно-силовых качеств, быстроты, координации.Коррекционно- воспитательные: воспитывать целеустремленность, настойчивость, упорство в достижении поставленной цели.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Открытие «нового» знания	Определение оптимального двигательного режима для своеговозраста, его виды	Просматривают презентацию «Значение ходьбы для укрепления здоровья человека»	Просматривают презентацию «Значение ходьбы для укрепления здоровья человека»
4. Первичное закрепление материала	1. Выполнение продолжительной ходьбы в различном темпе, сохраняя правильное положение тела в движении.2. Движение акцентированнымшагом (подготовительный кстроевому шагу); шаг на месте,остановка	1. Выполняют разминку в медленном темпе. Идут продолжительной ходьбой 10-15 мин.2. Выполняют шаг на месте, остановка по инструкции учителя	1. Выполняют разминку в быстром темпе. Идут продолжительной ходьбой 15-20 мин.2. Выполняют акцентированный шаг, шаг на месте, остановка по инструкции учителя
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторить значение ходьбы для укрепления здоровья человека	Совместно с родителем повторяют значение ходьбы для укрепления здоровья человека	Самостоятельно повторяют значение ходьбы для укрепления здоровья человека

6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 3

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	5		
Материально-техническое обеспечение	Мультимедийная презентация, мячи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Спортивная ходьба. Бег с переменной скоростью до 2 мин		
Цель	Формирование знания о разновидностях бега и ходьбы.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать знания о разновидностях бега и ходьбы.Коррекционно- развивающие: закрепить навык выполнения низкого старта, технику стартового разгона и финиширования, развивать скоростно- силовые качестваКоррекционно-воспитательные: воспитывать чувство коллективизма.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение ходьбы легко и свободно, не задерживая дыхание.2. Ходьба на скорость на 60 м.3. Выполнение бега легко и свободно, не задерживая дыхание	1. Выполняют разминку в медленном темпе.2. Выполняют ходьбу на скорость 10 мин (от 30- 50 м).3. Выполняют бег с переменной скоростью до 1 мин	1. Выполняют разминку в быстром темпе.2. Выполняют ходьбу на скорость 10 мин (от 30-60 м).3. Выполняют бег с переменной скоростью до 2 мин
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в выполнение ходьбы легко и свободно	Совместно с родителем упражняются в выполнение ходьбы легко и свободно	Самостоятельно упражняются в выполнение ходьбы легко и свободно
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 4

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	5
Материально-техническое обеспечение	Мультимедийная презентация, мячи

Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Запрыгивание на препятствие высотой до 30-40 см		
Цель	Формирование осанки, координации движений, укреплению всех мышечных групп.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать умение запрыгивать на препятствие высотой до 30-40 см.Коррекционно- развивающие: развивать внимание, общую моторику, уметь согласовывать движения с текстом.Коррекционно- воспитательные: воспитывать мотивацию к обучению.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение ходьбы с поочередными выталкиваниями вверх с правой и левой ноги (на каждый шаг).2. Ходьба в быстром темпе, с малымпродвижением вперед.3. Выполнение пружинистого толчканогами, мягкое приземление, сохраняя равновесие.4. Прыжки через вертикальныепрепятствия.5. Подвижная игра для развитияпрыжковой выносливости	1. Выполняют общеразвивающиеупражнения для подготовки мышц ног к прыжкам.2. Выполняют ходьбу в медленномтемпе с малым продвижением вперед.3. Выполняют задания в движении для подготовки к прыжкам в медленном темпе.4. Выполняют запрыгивания испрыгивания с препятствия до 30 см.5. Выполняют прыжки через препятствия с помощью учителя	1. Выполняют общеразвивающие упражнения для подготовки мышц ног к прыжкам.2. Выполняют ходьбу в медленном темпе с малым продвижением вперед.3. Выполняют задания в движении для подготовки кпрыжкам.4. Выполняют запрыгивания испрыгивания с

			препятствия высотой 40 см.5. Выполняют прыжки черезпрепятствия после показа учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в выполнение ходьбы в быстром темпе	Совместно с родителем упражняются в выполнение ходьбы в быстром темпе	Самостоятельно упражняются в выполнение ходьбы в быстром темпе
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 5

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	5
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Бег на отрезках до 30 м. Беговые упражнения
Цель	Обучение техники выполнения разбега
Задачи	Коррекционно- образовательные: обучить техники выполнения разбега.Коррекционно- развивающие: развивать физические качества: силу, выносливость, ловкость, гибкость.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплину, исполнительность.
Этапы урока	Содержание деятельности

	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Открытие «нового» знания	Освоение названий беговыхупражнений и последовательность их выполнения	Выполняют различные виды ходьбы за другими обучающимися, ориентируясь на их образец	Выполняют ходьбу с сочетанием разновидности ходьбы
4. Первичное закрепление материала	1. Выполнение специальных беговых упражнений, быстрого бега на отрезках.2. Выполнение перехода от стартового разбега к бегу.3. Выполнение старта и финиша	1. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений.2. Выполняют специально - беговые упражнения по показу учителя, бегут с ускорением на отрезках до 30 м -1 раз.3. Выполняют медленный бег по команде «Старт»	1. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений.2. Выполняют специально - беговые упражнения, бегут с ускорением на отрезках до 30 м -2-3 раза.3. Выполняют стартовый разбег, стартуют из различных исходных положений
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторить названия беговых упражнений	Совместно с родителем повторяют названия беговых упражнений	Самостоятельно повторяют названия беговых упражнений
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 6

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	5		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, набивные мячи(1кг), наглядно- демонстрационные материалы		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Метание набивного мяча (1 кг) двумя руками снизу, из-за головы, через голову		
Цель	Развитие физических качеств посредством метания набивного мяча		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику метания набивного мяча.Коррекционно- развивающие: развивать физические качества: силу, выносливость, ловкость, гибкость.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплину, исполнительность.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец

3. Открытие «нового» знания	Определение названия мяча, какиекачества развивают упражнения сэтим мячом	Рассматривают наглядно-демонстрационные материалы по теме урока	Рассматривают наглядно-демонстрационныематериалы по теме урока, отвечают на вопросы и вступают в беседу
4. Первичное закрепление материала	1. Демонстрация техники бросковнабивного мяча двумя руками снизу, из-за головы, через голову.2. Выполнение броска согласовывая движения рук и туловища	1. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. 2. Выполняют метание набивного мяча снизу после показа и объяснения учителя	1. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений.2. Выполняют метание набивного мяча из различных исходных положений
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторить качества, которые развивают упражнения с набивным мячом	Совместно с родителем повторяют качества, которые развивают упражнения с набивным мячом	Самостоятельно повторяют качества, которые развивают упражнения с набивным мячом
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 7

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	5
Материально-техническое обеспечение	Мультимедийная презентация, мячи
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Техника бега с низкого старта

Цель	Закрепление техники бега с низкого старта.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить технику выполнения низкого старта.Коррекционно- развивающие: укреплять опорно-двигательный аппарат, дыхательную систему.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, выдержку и самообладание.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение ходьбы в различныхтемпах с упражнениями в движении.2. Выполнение бега в различном темпе.3. Выполнение специальных беговыхупражнений.4. Демонстрирование техникистартового разгона, переходящего вбег по дистанции.5. Выполнение бега по прямой с низкого старта	1. Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках).2. Выполняют бег в медленном темпе.3. Выполняют комплекс специально-беговые упражнения (3-4 вида).4. Смотрят демонстрацию техники выполнения низкого старта.5. Выполняют техникунизкого старта и стартового разгона по показу учителя, переходящего в бег по дистанции 40 м	1. Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках, перекатом с пятки на носок, с выпадом).2.Выполняют бег в различных темпах.3. Выполняют комплекс специально-беговые упражнения (5-6 видов).4. Смотрят демонстрацию техники выполнения низкого старта.5. Выполняют технику низкого старта и стартового разгона, переходящего в бег по дистанции 60 м

5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в выполнение ходьбы в быстром темпе	Совместно с родителем упражняются в выполнение ходьбы в быстром темпе	Самостоятельно упражняются в выполнение ходьбы в быстром темпе
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 8

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	5		
Материально-техническое обеспечение	Мячи, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Бег на средние дистанции (150 м)		
Цель	Формирование умения выполнять бег на средние дистанции.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить технику выполнения бега на среднюю дистанцию.Коррекционно- развивающие: укреплять опорно-двигательный аппарат, дыхательную систему.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, выдержку и самообладание.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение попоказу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение ходьбы в различныхтемпах с упражнениями в движении.2. Выполнение бега в различном темпе.3. Демонстрация техники подсчета ЧСС.4. Выполнение бега на средниедистанции, распределяя свои силы вбеге на дистанции.5. Выполнение подсчета ЧСС	1. Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках).2. Выполняют бег в медленном темпе.3. Смотрят демонстрациютехники подсчета ЧСС, спомощью учителя определяют место измерения пульса.4. Выполняют кроссовыйбег до 150 м (допускается смешанное передвижение).5. Подсчитывают ЧСС с помощью учителя	1. Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках, перекатом с пятки наносок, с выпадом).2. Выполняют бег в различных темпах.3. Смотрят демонстрациютехники подсчета ЧСС, определяют место измеренияпульса, с помощью учителяподсчитывают удары в минуту.4. Выполняют кроссовый бег до 150 м (девочки), на дистанцию 300 м (мальчики).5. Выполняют подсчетЧСС
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в технике подсчета ЧСС	Совместно с родителем упражняются в технике подсчета ЧСС	Самостоятельно упражняются в технике подсчета ЧСС
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 9

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	5

Материально-техническое обеспечение	Мультимедийная презентация, мячи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Инструктаж по технике безопасности на занятиях спортивными играми. Значение и основные правила закаливания		
Цель	Усвоение обучающимися техники безопасности на занятиях спортивными играми.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: научить обучающихся соблюдать технику безопасности на занятиях спортивными играми.Коррекционно- развивающие: закрепить навык выполнения низкого старта, технику стартового разгона и финиширования, развивать скоростно- силовые качестваКоррекционно- воспитательные: воспитывать сознательное и бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Беседа по технике безопасности на занятиях спортивными играми	Отвечают на вопросы попрослушанному материалу с опорой на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорныхпоощрений.	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу
3. Включение изученного в систему знаний	1. Передвижение, исполнение команд в колонне сохраняя дистанцию и равнение в затылок.2.Ознакомить с	1. Выполняют построение с помощью педагога. Отвечают на вопросы односложно.2. Передвигаются в колонне	1.Отвечают на вопросы по прослушанному материалу. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, колонну, круг,

	бегом в чередовании с ходьбой.3.Подвижная игра на внимание	бегом вчередовании с ходьбой по указанию учителя.3. Участвуют в подвижной игре по инструкции учителя	осваивают строевые действия в шеренге и колонне.2. Передвигаются в колонне бегом в чередовании с ходьбой.3.Выполняют правила игры
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторение техники безопасности на занятиях спортивными играми	Совместно с родителем повторяют технику безопасности на занятиях спортивными играми	Самостоятельно повторяют технику безопасности на занятиях спортивными играми
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 10

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	5
Материально-техническое обеспечение	Мячи, музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Перемещение на площадке в пионерболе, прием и передача мяча двумя руками у стены и в парах
Цель	Формирование техники передачи мяча двумя руками у стены и в парах, ловле и передаче мяча в парах через сетку; нападающему броску
Задачи	Коррекционно- образовательные: обучить передаче мяча двумя руками у стены и в парах.Коррекционно- развивающие: корригировать внимание, развивать зрительное и слуховое восприятие, мелкую моторику кистей рук, ориентировку в пространстве.Коррекционно-воспитательные: воспитывать дисциплинированность, выдержку и самообладание.

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение основных перемещений на площадке в пионерболе.2. Выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев. 3.Выполняют перемещение на площадке игроков в пионерболе, выполнение приема и передачи мяча двумя руками у стены и в парах	1.Выполняют основные перемещения на площадке в пионерболе, после инструкции учителя, ориентируясь на образец выполнения обучающимися из 2 группы.2.Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев (по возможности). 3.Выполняют перемещения на площадке с помощью педагога. Выполняют игровые умения (взаимодействие с партнером)	1. Выполняют основные перемещения на площадке в пионерболе.2.Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев.3.Выполняют перемещения на площадке. Выполняют игровые умения
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев	Совместно с родителем выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев	Самостоятельно выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 11

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	5		
Материально-техническое обеспечение	Мячи, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Бросок мяча через сетку одной рукой и ловля двумя руками после подачи		
Цель	Овладение основными приемами техники броска мяча через сетку одной рукой и ловля двумя руками после подачи		
Задачи	Коррекционно- образовательные: обучить броску мяча через сетку одной рукой и ловля двумя руками после подачи.Коррекционно-развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, выдержку и самообладание.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса

			утренней гимнастики с опорой на образец
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение упражнений на развитиемышц кистей рук и пальцев.2.Выполнение перемещений наплощадке игроков в пионерболе.3.Выполнение бросков мяча через сетку одной рукой и ловля двумя руками после подачи	1. Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев (повозможности).2. Выполняют перемещения на площадке с помощью педагога. 3.Выполняют и используют игровые умения по инструкции учителя	1.Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев.2.Выполняют перемещения на площадке.3.Выполняют и используют игровые умения
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев	Совместно с родителем выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев	Самостоятельно выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 12

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	5
Материально-техническое обеспечение	Мячи, музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Техника подачи мяча в пионерболе
Цель	Формирование у обучающихся знания и навыки игры в пионербол

Задачи	Коррекционно- образовательные: повторять правила игры в пионербол.Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, выдержку и самообладание.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение перемещений на площадке игроков в пионерболе, выполнение приема и передачи мяча двумя руками у стены и в парах.2.Выполнение подачи мяча в игре	1.Выполняют перемещения на площадке с помощью педагога.2.Выполняют прием и передачу мяча у стены по инструкции и показа учителя	1. Выполняют перемещения на площадке с помощью педагога. 2.Выполняют прием и передачу мяча в паре
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев	Совместно с родителем выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев	Самостоятельно выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 13

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	5		
Материально-техническое обеспечение	Мячи, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Розыгрыш мяча на три паса в пионерболе. Учебная игра		
Цель	Формирование у обучающихся умения применять розыгрыш мяча в три паса при учебной игре в пионербол.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: учить применять на практике новые упражнения с мячом.Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей.Коррекционно-воспитательные: воспитывать умение работать самостоятельно и в команде.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец

3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев.2.Выполнение перемещений на площадке игроков в пионерболе. 3.Выполнение приема и передачи мяча двумя руками у стены и в парах.4.Выполнение игровых действий	1. Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев (по возможности). 2.Выполняют перемещения на площадке с помощью педагога.3.Выполняют упражнения с мячом по инструкции и по показу учителя.4.Выполняют и используют игровые умения по инструкции учителя	1.Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев.2.Выполняют перемещения на площадке.3.Выполняют упражнения с мячом после инструкции и показа учителя.4.Выполняют и используют игровые умения
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев	Совместно с родителем выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев	Самостоятельно выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 14

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	5
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, набивные мячи(1кг), наглядно- демонстрационные материалы
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Баскетбол. Упрощенные правила игры в баскетбол; права и обязанности игроков, предупреждение травматизма.
Цель	Формирование представлений о занятиях баскетболом, обеспечить предупреждение травматизма во время занятий

Задачи	Коррекционно- образовательные: создать представление о занятиях баскетболом.Коррекционно- развивающие: развивать физические качества: силу, выносливость, ловкость, гибкость.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплину, исполнительность.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Открытие «нового» знания	Беседа о санитарно-гигиенические требования к занятиям баскетболом, права и обязанности игроков на площадке, предупреждение травматизма	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорных поощрений	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу
4. Первичное закрепление материала	1.Освоение простейших правил в баскетболе.2.Подвижная игра на броски и передачи мяча	1.Отвечают на вопросы односложно, осваивают простейшие правила с опорой на образец учителя.2.Участвуют в подвижной игре по инструкции учителя	1. Отвечают на вопросы, осваивают простейшие правила.2. Участвуют в подвижной игре
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторить простейшие правила в баскетболе	Совместно с родителем повторяют простейшие правила в баскетболе	Самостоятельно повторяют простейшие правила в баскетболе

6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 15

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	5		
Материально-техническое обеспечение	Мячи, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Стойка баскетболиста. Передача мяча двумя руками от груди в парах с продвижением вперед		
Цель	Овладение техникой передачи мяча двумя руками от груди в парах с продвижением вперед		
Задачи	Коррекционно- образовательные: обучать технике передачи мяча двумя руками от груди в парах с продвижением вперед.Коррекционно-развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать умение работать самостоятельно и в команде.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Включение изученного в систему знаний	1.Демонстрация стойки баскетболиста. Освоение стойки баскетболиста. Освоение передачи мяча двумя руками от груди с шагом навстречу друг другу.2. Осваивание ловлю мяча двумя руками с последующим ведением и остановкой.3.Выполнение ведения мяча на месте и в движении	1. Осваивают стойку баскетболиста после неоднократного показа и инструкции учителя. 2.Выполняют остановки по сигналу учителя, выполняют повороты на месте с мячом в руках, передают и ловят мяч двумя руками от груди в парах на месте (на основе образца учителя).3.Ведут мяч одной рукой на месте и в движении шагом, после инструкции учителя, ориентируясь на образец выполнения обучающимися из более сильной группы	1. Осваивают стойку баскетболиста послеинструкции учителя.2. Выполняют остановки по сигналу учителя, выполняют повороты на месте с мячом в руках, передают и ловят мяч двумя руками от груди в парах (на основе образца учителя). 3.Ведут мяч одной рукой на месте и в движении шагом по инструкции учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение стойки баскетболиста	Совместно с родителем выполняют стойку баскетболиста	Самостоятельно выполняют стойку баскетболиста
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 16

Предмет	Адаптивная физическая культура

Класс	5		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, набивные мячи(1кг), наглядно- демонстрационные материалы		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Ведение мяча с обводкой препятствий		
Цель	Формирование навыка ведение мяча с обводкой препятствий		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать знания о технике ведения мяча с обводкой препятствий.Коррекционно- развивающие: развивать координационные способности у обучающихся.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплину, исполнительность.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Открытие «нового» знания	Демонстрация техники ведения мяча. Освоение техники ведения мяча	Осваивают технику ведения мяча после неоднократного показа учителем и ориентируюсь на образец выполнениеобучающимися 2 группы	Осваивают технику ведения мяча после показа учителя

4. Первичное закрепление материала	1. Выполнение передвижений без мяча, остановку шагом. 2.Выполнение ведения мяча с обводкой условных противников. 3.Выполнение передачи мяча двумя руками от груди в парах с продвижением вперед	1. Выполняют передвижение без мяча, остановку шагом. 2.Выполняют ведение мяча с обводкой условных противников.3.Выполняют передачу мяча двумя руками от груди в парах с продвижением вперед	1. Выполняют передвижение без мяча, остановку шагом. 2.Выполняют ведение мяча с обводкой условных противников.3. Выполняют передачу мяча двумя руками от груди в парах с продвижением вперед
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: закрепление техники ведения мяча	Совместно с родителем закрепляют технику ведения мяча	Самостоятельно закрепляют технику ведения мяча
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 17

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	5
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, мячи
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Бросок мяча по корзине с низу двумя руками и от груди с места. Эстафеты с элементами баскетбола
Цель	Обучение техники броска мяча по корзине с низу двумя руками и от груди с места

Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику броска мяча по корзине с низу двумя руками и от груди с места.Коррекционно- развивающие: развивать координационные способности у обучающихся.Коррекционно- воспитательные: воспитание трудолюбия и чувства коллективизма.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Открытие «нового» знания	Демонстрация техники броска мяча по корзине двумя руками снизу и от груди с места. Освоение техники броска мяча по корзине различными способами	Осваивают технику броска мяча по корзине двумя руками снизу и от груди с места	Осваивают технику броска мяча по корзине двумя руками снизу и от груди с места
4. Первичное закрепление материала	1. Выполнение бросков по корзине двумя руками снизу и от груди с места, демонстрирование элементов техники баскетбола. 2.Выполнение передачи мяча двумя и одной рукой в парах, тройках в движении.	1. Выполняют передачи мяча с продвижением вперед двумя руками и бросают мяч в корзину двумя руками с низу и от груди с места после инструкции учителя и ориентируюсь на образец выполнение обучающимися более сильной группы.2. Выполняют передачу мяча двумя и одной рукой в парах, тройках в движении с опорой на образец	1. Выполняют передачи мяча двумя и одной рукой в парах, тройках, с продвижением вперед и бросают мяч в корзину двумя руками снизу и от груди с места после инструкции учителя.2. Выполняют передачу мяча двумя и одной рукой в парах, тройках в движении

5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: закрепление техники броска мяча по корзине двумя руками	Совместно с родителем закрепляют технику броска мяча по корзине двумя руками	Самостоятельно закрепляют технику броска мяча по корзине двумя руками
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 18

<table>
<tr><td>Предмет</td><td colspan="3">Адаптивная физическая культура</td></tr>
<tr><td>Класс</td><td colspan="3">5</td></tr>
<tr><td>Материально-техническое обеспечение</td><td colspan="3">Набивные мячи, музыкальное сопровождение</td></tr>
<tr><td>Тип урока</td><td colspan="3">Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)</td></tr>
<tr><td>Тема</td><td colspan="3">Комбинации из основных элементов техники перемещений и владении мячом. Учебная игра по упрощенным правилам</td></tr>
<tr><td>Цель</td><td colspan="3">Обучение техники перемещений и владении мячом.</td></tr>
<tr><td>Задачи</td><td colspan="3">Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику перемещений и владении мячом.Коррекционно- развивающие: развивать координационные способности у обучающихся.Коррекционно- воспитательные: воспитание трудолюбия и чувства коллективизма.</td></tr>
<tr><td rowspan="3">Этапы урока</td><td colspan="3">Содержание деятельности</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Деятельность учителя</td><td colspan="2">Деятельность обучающихся</td></tr>
<tr><td>Минимальный уровень</td><td>Достаточный уровень</td></tr>
</table>

1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Включение изученного в систему знаний	1.Осваивают упражнений с набивными мячами: броски мяча с близкого расстояния, с разных позиций и расстояния.2.Выполняют ведение мяча с передачей, с последующим броском в кольцо.3.Учебная игра по упрощенным правилам	1. Выполняют упражнения с набивными мячами.2.Ведут, бросают мяч с опорой на показ учителя.3.Подбирают мяч в процессе учебной игры по инструкции учителя	1.Выполняют упражнения с набивными мячами.2.Ведут, бросают мяч.3.Подбирают мяч в процессе учебной игры
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение комплекса гимнастики	Совместно с родителем выполняют комплекс гимнастики	Самостоятельно выполняют комплекс гимнастики
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 19

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	5

Материально-техническое обеспечение	Мультимедийная презентация, скакалка		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Техника безопасности и правила поведения на занятиях по гимнастике. Перестроение из колонны по одному в колонну по два на месте.		
Цель	Усвоение обучающимися техники безопасности на занятиях по гимнастики.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: научить обучающихся соблюдать технику безопасности на занятиях по гимнастики.Коррекционно-развивающие: закрепить навык выполнения низкого старта, технику стартового разгона и финиширования, развивать скоростно- силовые качестваКоррекционно- воспитательные: воспитывать сознательное и бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Беседа по ТБ на занятиях гимнастикой	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорныхпоощрений	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение строевых действий согласно расчету и команде. 2.Выполнение перестроения из колонны по одному в колонну по два и по три на месте.3.Выполнение упражнения сочетание ходьбы и бега в колонне. 4.Выполнение	1.Выполняют строевые действия под щадящий счёт.2.Выполняют сочетание ходьбы и бега в колонне ориентируясь на образец выполнения обучающимися более сильной группы.3.Выполняют упражнения со	1. Выполняют строевые действия.2.Выполняют сочетание ходьбы и бега в колонне.3.Выполняют упражнения со скакалкой.4.Прыгают через скакалку на месте в равномерном

	упражнений со скакалкой.5.Выполнение прыжков через скакалку на месте в равномерном темпе	скакалкой.4.Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе на двух ногах произвольным способом	темпе на двух, одной ноге произвольным способом
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторение строевых действий согласно расчету и команде	Совместно с родителем повторяют строевые действия согласно расчету и команде	Самостоятельно повторяют строевые действия согласно расчету и команде
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 20

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	5
Материально-техническое обеспечение	Мячи, обручи, музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Значение утренней гимнастики
Цель	Формирование представлений о принципах построения утренней зарядки.
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать представления о принципах построения утренней зарядки.Коррекционно- развивающие: способствовать укреплению опорно-двигательного аппарата в процессе урока.Коррекционно- воспитательные: воспитание трудолюбия и чувства коллективизма.

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение общеразвивающих упражнений типа зарядки	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики) с помощью педагога	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики)
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение поворотов на месте налево и направо переступанием. 2.Выполнение ритмичной ходьбы с сохранение заданного темпа ходьбы.3. Подвижная игра с бегом	1.Выполняют простые виды построений, осваивают на доступном уровне строевые действия в шеренге и колонне (с помощью учителя).2.Выполняют ходьбу с изменением скорости.3. Участвуют в подвижной игре по инструкции и показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий	1.Выполняют построения и перестроения в шеренгу, колонну, осваивают действия в шеренге и колонне.2.Выполняют ходьбу с изменением скорости.3. Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение общеразвивающих упражнений типа зарядки	Совместно с родителем выполняют общеразвивающие упражнения типа зарядки	Самостоятельно выполняют общеразвивающие упражнения типа зарядки
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 21

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	5		
Материально-техническое обеспечение	Маты, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Упражнения на укрепление мышц туловища, рук и ног		
Цель	Укрепление мышц рук, ног, туловища через применение игровых форм.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать знания выполнения техники упражнений на мышцы рук, ног, туловища.Коррекционно-развивающие: способствовать укреплению опорно-двигательного аппарата в процессе урока.Коррекционно- воспитательные: воспитание трудолюбия и чувства коллективизма.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют практические задания с заданным	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют

		параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики) с помощью педагога	практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики)
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение фигурной маршировки.2.Выполнение упражнений на укрепление мышц туловища, рук и ног	1. Выполняют фигурную маршировку за другим учащимся, ориентируясь на образец выполнения впереди идущего учащегося. 2.Выполняют упражнения с дифференцированной с помощью учителя	1.Выполняют фигурную маршировку.2.Выполняют переноску, передачу мяча сидя, лежа в различных направлениях
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение фигурной маршировки	Совместно с родителем выполняют фигурную маршировку	Самостоятельно выполняют фигурную маршировку
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 22

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	5
Материально-техническое обеспечение	Скамейка, музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Упражнения с сопротивлением
Цель	Формирование знаний выполнения техники упражнений с сопротивлением.

Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать знания выполнения техники упражнений с сопротивлением.Коррекционно- развивающие: способствовать укреплению опорно-двигательного аппарата в процессе урока.Коррекционно- воспитательные: воспитание трудолюбия и чувства коллективизма.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики) с помощью педагога	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики)
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение фигурной маршировки.2. Выполнение упражнений с элементами единоборств, сохранение равновесия при движении на скамейке	1. Выполняют фигурную маршировку за другим учащимся, ориентируясь на образец выполнения впереди идущего учащегося.2. Выполняют упражнения на равновесие на скамейке: повороты с различными движениями рук, с хлопками под ногой, повороты на носках, прыжки с продвижением вперед (на полу), комплекс упражнений с сопротивлением (3-5 упражнений)	1.Выполняют фигурную маршировку.2. Выполняют упражнения на равновесие на скамейке: повороты с различными движениями рук, с хлопками под ногой, повороты на носках, прыжки с продвижением вперед (на полу), комплекс упражнений с сопротивлением
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений с сопротивлением	Совместно с родителем выполняют упражнения с сопротивлением	Самостоятельно выполняют упражнения с сопротивлением

5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 23

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	5		
Материально-техническое обеспечение	Скакалка, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Упражнения на развитие ориентации в пространстве		
Цель	Формирование умения выполнять упражнения на развитие ориентации в пространстве.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать умения выполнять упражнения на развитие ориентации в пространстве.Коррекционно-развивающие: способствовать укреплению опорно-двигательного аппарата в процессе урока.Коррекционно- воспитательные: воспитание трудолюбия и чувства коллективизма.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики) с помощью педагога	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики)
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение ходьбы «змейкой», «противоходом».2.Выполнение упражнений со сложенной скакалкой в различных исходных положениях, прыжки через скакалку на двух и одной ноге	1. Выполняют ходьбу «змейкой», «противоходом». 2.Выполняют комплекс упражнений со скакалкой меньшее количество раз. Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе на двух ногах произвольным способом	1. Выполняют ходьбу «змейкой», «противоходом». 2.Выполняют комплекс упражнений со скакалкой. Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе на двух, одной ноге произвольным способом
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ходьбы «змейкой», «противоходом»	Совместно с родителем выполняют ходьбу «змейкой», «противоходом»	Самостоятельно выполняют ходьбу «змейкой», «противоходом»
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 24

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	5

Материально-техническое обеспечение	Скакалка, скамейка		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Повороты направо, налево, кругом (переступанием). Упражнения на равновесие		
Цель	Формирование умения выполнять упражнения на развитие ориентации в пространстве.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать умения выполнять упражнения на развитие ориентации в пространстве.Коррекционно-развивающие: способствовать укреплению опорно-двигательного аппарата в процессе урока.Коррекционно- воспитательные: воспитание трудолюбия и чувства коллективизма.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики) с помощью педагога	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики)
3. Включение изученного в систему знаний	1.Ориентирование в пространстве, сохранение равновесия при движении по скамейке.2.Выполнение перестроений на	1.Выполняют строевые действия под щадящий счёт. 2.Выполняют перестроение из колонны по одному в колонну по два, по три на месте.3. Прыгают через скакалку	1. Выполняют строевые действия.2.Выполняют перестроение из колонны по одному в колонну по два, по три на месте.3. Прыгают через

	месте.3.Прыжки через скакалку на одной, двух ногах	на месте в равномерном темпе на двух ногах произвольным способом	скакалку на месте в равномерном темпе на двух, одной ноге произвольным способом
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение на ориентировку в пространстве	Совместно с родителем выполняют упражнения на ориентировку в пространстве	Самостоятельно выполняют упражнения на ориентировку в пространстве
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 25

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	5
Материально-техническое обеспечение	Мячи, гимнастическая стенка
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Лазание по гимнастической стенке вверх-вниз разноименным способом, с одновременной перестановкой руки и ноги
Цель	Формирование у обучающихся представления о технике выполнения лазания по гимнастической стенке вверх вниз разноименным способом с одновременной перестановкой руки и ноги.
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику лазания по гимнастической стенке вверх - вниз разноименным способом с одновременной перестановкой руки и ноги.Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитание трудолюбия и чувства коллективизма.

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики) с помощью педагога	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики)
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение корригирующих упражнений на дыхание.2.Выполняют лазание по гимнастической стенке разными способами: ставя ноги на каждую рейку или через одну. 3.Коррекционная игра	1.Выполняют корригирующих упражнений на дыхание.2.Выполняют упражнения в лазание на меньшую высоту.3.Участвуют в игре по инструкции учителя	1.Выполняют корригирующих упражнений на дыхание.2.Выполняют упражнения в лазание.3.Играют в подвижную игру после инструкции учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение корригирующих упражнений на дыхание	Совместно с родителем выполняют корригирующие упражнения на дыхание	Самостоятельно выполняют корригирующие упражнения на дыхание
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 26

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	5		
Материально-техническое обеспечение	Мячи, гимнастическая стенка		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Лазание по гимнастической стенке вверх-вниз разноименным способом, с одновременной перестановкой руки и ноги		
Цель	Формирование у обучающихся представления о технике выполнения лазания по гимнастической стенке вверх вниз разноименным способом с одновременной перестановкой руки и ноги.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику лазания по гимнастической стенке вверх - вниз разноименным способом с одновременной перестановкой руки и ноги.Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитание трудолюбия и чувства коллективизма.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют практические задания с заданным параметрами	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют практические задания с заданным

		(составляют комплекс утренней гимнастики) с помощью педагога	параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики)
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение корригирующих упражнений на дыхание.2.Выполняют лазание по гимнастической стенке разными способами: ставя ноги на каждую рейку или через одну. 3.Коррекционная игра	1.Выполняют корригирующих упражнений на дыхание.2.Выполняют упражнения в лазание на меньшую высоту.3.Участвуют в игре по инструкции учителя	1.Выполняют корригирующих упражнений на дыхание.2.Выполняют упражнения в лазание.3.Играют в подвижную игру после инструкции учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение корригирующих упражнений на дыхание	Совместно с родителем выполняют корригирующие упражнения на дыхание	Самостоятельно выполняют корригирующие упражнения на дыхание
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 27

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	5
Материально-техническое обеспечение	Мячи, гимнастическая скамейка
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Расхождение вдвоем поворотом при встрече на гимнастической скамейке
Цель	Развитие координации движений через выполнение серий упражнений на гимнастической скамейке.

Задачи	Коррекционно- образовательные: ознакомить с новым способом передвижения по гимнастической скамейке.Коррекционно-развивающие: *р*азвивать координацию движений.Коррекционно- воспитательные: воспитание трудолюбия и чувства коллективизма.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики) с помощью педагога	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики)
3. Включение изученного в систему знаний	1.Ориентирование в пространстве, сохранение равновесия при движении по скамейке.2. Выполнение упражнений сохраняя равновесие при выполнении упражнения на гимнастической скамейке.3.Игровые задания	1.Выполняют строевые действия под щадящий счёт.2. Выполняют упражнения на равновесие после неоднократного показа по прямому указанию учителя.3. Участвуют в игровых заданиях (в паре)	1. Выполняют строевые действия.2. Выполняют упражнения на равновесие после показа учителем.3. Участвуют в соревновательной деятельности
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение корригирующих упражнений на дыхание	Совместно с родителем выполняют корригирующие упражнения на дыхание	Самостоятельно выполняют корригирующие упражнения на дыхание
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 28

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	5		
Материально-техническое обеспечение	Мячи, гимнастическая скамейка		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Расхождение вдвоем поворотом при встрече на гимнастической скамейке		
Цель	Развитие координации движений через выполнение серий упражнений на гимнастической скамейке.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: ознакомить с новым способом передвижения по гимнастической скамейке.Коррекционно-развивающие: *р*азвивать координацию движений.Коррекционно- воспитательные: воспитание трудолюбия и чувства коллективизма.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики) с помощью педагога	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики)

3. Включение изученного в систему знаний	1.Ориентирование в пространстве, сохранение равновесия при движении по скамейке.2. Выполнение упражнений сохраняя равновесие при выполнении упражнения на гимнастической скамейке.3.Игровые задания	1.Выполняют строевые действия под щадящий счёт. 2. Выполняют упражнения на равновесие после неоднократного показа по прямому указанию учителя.3. Участвуют в игровых заданиях (в паре)	1. Выполняют строевые действия.2. Выполняют упражнения на равновесие после показа учителем.3. Участвуют в соревновательной деятельности
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение корригирующих упражнений на дыхание	Совместно с родителем выполняют корригирующие упражнения на дыхание	Самостоятельно выполняют корригирующие упражнения на дыхание
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 29

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	5
Материально-техническое обеспечение	Гимнастические палки, гимнастическая скамейка
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Упражнения с гимнастическими палками
Цель	Совершенствование умения выполнять упражнения с гимнастическими палками.
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать умения выполнять упражнения с гимнастическими палками.Коррекционно-развивающие: развивать координацию движений.Коррекционно- воспитательные: воспитание трудолюбия и чувства коллективизма.

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики) с помощью педагога	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики)
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение согласование движения палки с движениями туловища, ног.2.Выполнение составление и выполнение комбинации на скамейке	1. Выполняют 4-6 упражнений с гимнастической палкой.2.Выполняют доступные упражнения на равновесие	1. Выполняют и демонстрируют комбинацию на скамейке. 2.Выполняют упражнения с гимнастической палкой
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение комплекса упражнений	Совместно с родителем выполняют комплекс упражнений	Самостоятельно выполняют комплекс упражнений
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 30

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	5		
Материально-техническое обеспечение	Гимнастический козел, маты, набивные мячи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Упражнения для формирования правильной осанки		
Цель	Формирование умения подбирать и выполнять упражнения для развития правильной осанки.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: обучать комплексу упражнений для формирования и сохранения правильной осанки.Коррекционно-развивающие: развивать координацию движений.Коррекционно- воспитательные: воспитание трудолюбия и чувства коллективизма.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики) с помощью педагога	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики)

3. Включение изученного в систему знаний	1.Переноска 2- 3 набивных мячей весом до 5-6 кг.2.Переноска гимнастического коня и козла, матов на расстояние до 15 м. 3. Выполнение прыжка согнув ноги через козла, коня в ширину	1. Переносят 1- 2 набивных мячей весом до 3-4 кг.2. Переносят гимнастического коня и козла, маты на расстояние до 10 м3. Выполняют наскок в стойку на коленях	1. Переносят 2- 3 набивных мячей весом до 5-6 кг.2. Переносят гимнастического коня и козла, маты на расстояние до 15 м 3.Выполняют опорный прыжок ноги врозь через козла, коня в ширину с помощью учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение опорного прыжка ноги врозь	Совместно с родителем выполняют опорный прыжок ноги врозь	Самостоятельно выполняют опорный прыжок ноги врозь
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 31

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	5
Материально-техническое обеспечение	Скакалка
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Упражнения со скакалками
Цель	обучение технике выполнения прыжков со скакалкой.
Задачи	Коррекционно- образовательные: познакомить детей с разновидностями прыжков со скакалкой и научить их правильно выбирать скакалку, в зависимости от роста.Коррекционно- развивающие: формировать знания о пользе прыжков со скакалкой в жизни человека.Коррекционно- воспитательные: воспитывать решительность и настойчивость при выполнении упражнениях со скакалкой.

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики) с помощью педагога	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики)
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение упражнений со скакалкой.2.Выполнение прыжковых упражнений с точностью прыжка	1. Выполняют упражнения со скакалкой после обучающей помощи учителя.2.Выполняют прыжковые упражнения под контролем учителя	1. Выполняют упражнения со скакалкой по показу и инструкции учителя. 2.Выполняют прыжковые упражнения после инструкции
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений со скакалкой	Совместно с родителем выполняют упражнения со скакалкой	Самостоятельно выполняют упражнения со скакалкой
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 32

Предмет	Адаптивная физическая культура

Класс	5		
Материально-техническое обеспечение	Набивные мячи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Упражнения для развития пространственно- временной дифференцировки и точности движений		
Цель	формирование системы знаний и умений в области пространственно-временной дифференцировки и точности движений.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать систему знаний и умений в области пространственно-временной дифференцировки и точности движений.Коррекционно- развивающие: развивать ориентирование в пространстве и точность движений.Коррекционно-воспитательные: воспитывать ценностное отношение к своему здоровью, умений применять профилактические меры для сбережения своего здоровья.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики) с помощью педагога	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики)

3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение построения в колонну по два, соблюдая заданное расстояние.2. Выполнение прыжка в длину с места на заданное расстояние без предварительной отметки.3.Передача набивного мяча сидя, стоя из одной руки в другую над головой	1. Выполняют построение в колонну по два, соблюдая заданное расстояние (по ориентирам).2.Прыгают в длину с места на заданное расстояние с предварительной отметки. 3.Передают набивной мяч сидя, стоя из одной руки в другую над головой меньшее количество повторений	1. Выполняют построение в колонну по два, соблюдая заданное расстояние.2.Прыгают в длину с места на заданное расстояние без предварительной отметки. 3.Передают набивной мяч сидя, стоя из одной руки в другую над головой
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение прыжка с места	Совместно с родителем выполняют прыжок с места	Самостоятельно выполняют прыжок с места
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 33

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	5
Материально-техническое обеспечение	Презентация, лыжные палки, музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Техника безопасности и правила поведения на уроках лыжной подготовкой
Цель	формирование навыка безопасного обращения с лыжами.

Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать навык безопасного обращения с лыжами.Коррекционно- развивающие: организовывать здоровьесберегательную деятельность с помощью катания на лыжах.Коррекционно- воспитательные: воспитывать бережное обращение с инвентарём.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Открытие «нового» знания	Беседа о правилах обращения с лыжным инвентарем и техники безопасности на занятиях лыжной подготовкой	Отвечают на вопросы по ТБ на уроках лыжной подготовки, информацию о предупреждении травм и обморожений с опорой на наглядность (презентации, картинки, карточки), участвуют в беседе и отвечают на вопросы учителя с опорой на визуальный план	Отвечают на вопросы по прослушанному по ТБ на уроках лыжной подготовки, информацию о предупреждении травм и обморожений с опорой на наглядность (презентации, картинки, карточки), участвуют в беседе и отвечают на вопросы учителя
4. Первичное закрепление материала	1. Выполнение упражнения в подготовке к занятию, подбор лыжного инвентаря	1. Готовятся к занятию, выбирают лыжи и палки с помощью учителя	1. Готовятся к занятию, выбирают лыжи и палки
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторить правила поведения на уроках лыжной подготовки	Совместно с родителем повторяют правила поведения на уроках лыжной подготовки	Самостоятельно повторяют правила поведения на уроках лыжной подготовки

6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 34

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	5		
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Совершенствование техники выполнения скользящего шага без палок и с палками		
Цель	ознакомление с техникой скользящего шага на лыжах без палок.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать умение движения на лыжах в колонне с соблюдением дистанции.Коррекционно-развивающие: развивать физические качества учащихся (силу, ловкость, выносливость, координацию движений).Коррекционно-воспитательные: воспитывать бережное обращение с инвентарем.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	

	формы и обуви, освобожденных от занятия		
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне.2.Одевание лыжного инвентаря. 3.Передвижение на лыжах свободным, накатистым шагом без палок и с палками	1.Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2.Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя3. Передвигаются на лыжах скользящим шагом	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. 2.Одевают лыжный инвентарь. 3.Передвигаются по лыжне скользящим шагом
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение тренировочных упражнений на одевании лыжного инвентаря	Совместно с родителем выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря	Самостоятельно выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 35

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	5
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки

Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Прохождение отрезков на время от 200до 300 м		
Цель	совершенствование техники изученных лыжных ходов.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать умение прохождения отрезков на время от 200до 300 м.Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств: координации, выносливости.Коррекционно- воспитательные: воспитывать самостоятельность и личную ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне.2.Одевание лыжного инвентаря. 3.Прохождение на лыжах отрезков на скорость	1.Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2.Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя. 3.Осваивают выполнение попеременного двухшажного хода (по возможности) после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий)	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. 2.Одевают лыжный инвентарь. 3.Выполняют попеременный двухшажный ход после инструкции и показа учителя

4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение тренировочных упражнений на одевании лыжного инвентаря	Совместно с родителем выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря	Самостоятельно выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 36

Предмет	Адаптивная физическая культура	
Класс	5	
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки	
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)	
Тема	Прохождение отрезков на время от 200до 300 м	
Цель	совершенствование техники изученных лыжных ходов.	
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать умение прохождения отрезков на время от 200до 300 м.Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств: координации, выносливости.Коррекционно- воспитательные: воспитывать самостоятельность и личную ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни.	
Этапы урока	Содержание деятельности	
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся

		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне.2.Одевание лыжного инвентаря. 3.Прохождение на лыжах отрезков на скорость	1.Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2.Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя. 3.Осваивают выполнение попеременного двухшажного хода (по возможности) после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий)	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. 2.Одевают лыжный инвентарь. 3.Выполняют попеременный двухшажный ход после инструкции и показа учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение тренировочных упражнений на одевании лыжного инвентаря	Совместно с родителем выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря	Самостоятельно выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 37

Предмет	Адаптивная физическая культура

Класс	5		
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Одновременный бесшажный ход		
Цель	освоение техники передвижения бесшажным ходом.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать специальные знания из раздела лыжной подготовки.Коррекционно- развивающие: развивать физические качества: координацию, общую выносливость.Коррекционно- воспитательные: воспитывать самостоятельность и личную ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения

3. Включение изученного в систему знаний	1.Освоение способа передвижения одновременного бесшажного хода на лыжах.2.Демонстрация техники одновременного бесшажного хода.3.Выполнение передвижения одновременным бесшажным ходом	1. Смотрят показ с объяснение техники одновременного бесшажного хода.2.Осваивают технику передвижения одновременного бесшажного хода (по возможности). 3.Выполняют передвижение одновременным бесшажным ходом по возможности	1.Смотрят показ с объяснение техники одновременного бесшажного хода.2.Осваивают технику передвижения одновременного бесшажного хода.3.Выполняют передвижение одновременным бесшажным ходом по возможности
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение тренировочных упражнений на одевании лыжного инвентаря	Совместно с родителем выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря	Самостоятельно выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 38

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	5
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Одновременный бесшажный ход
Цель	освоение техники передвижения бесшажным ходом.

Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать специальные знания из раздела лыжной подготовки.Коррекционно- развивающие: развивать физические качества: координацию, общую выносливость.Коррекционно- воспитательные: воспитывать самостоятельность и личную ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Освоение способа передвижения одновременного бесшажного хода на лыжах.2.Демонстрация техники одновременного бесшажного хода.3.Выполнение передвижения одновременным бесшажным ходом	1. Смотрят показ с объяснение техники одновременного бесшажного хода.2.Осваивают технику передвижения одновременного бесшажного хода (по возможности). 3.Выполняют передвижение одновременным бесшажным ходом по возможности	1.Смотрят показ с объяснение техники одновременного бесшажного хода.2.Осваивают технику передвижения одновременного бесшажного хода.3.Выполняют передвижение одновременным бесшажным ходом по возможности
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение тренировочных упражнений на одевании лыжного инвентаря	Совместно с родителем выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря	Самостоятельно выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря

5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 39

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	5		
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Спуск в высокой стойке со склона, подъем «лесенкой» с соблюдением техники безопасности		
Цель	формирование навыка спуска со склона, подъёма «лесенкой».		
Задачи	Коррекционно- образовательные: обучать технике выполнения спуска со склона, подъёма «лесенкой».Коррекционно- развивающие: развивать умение планировать, контролировать и давать оценку своим двигательным действиям и действиям сверстников.Коррекционно-воспитательные: воспитывать самооценку и личностное самоопределение к видам деятельности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	

	спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия		
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Переход на учебную лыжню в колонне по одному.2.Освоение называния способа подъема на лыжах.3.Сохранение равновесия при спуске со склона в высокой стойке, демонстрирование техники подъема «лесенкой»	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2.Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя. 3.Спускаются в высокой стойке со склона, подъем ступающим шагом с соблюдением техники безопасности	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. 2.Одевают лыжный инвентарь. 3.Выполняют спуск в высокой стойке со склона, подъем «лесенкой» с соблюдением техники безопасности
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение тренировочных упражнений на одевании лыжного инвентаря	Совместно с родителем выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря	Самостоятельно выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 40

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	5

Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Поворот махом на месте		
Цель	обучение поворотам махом на месте.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: обучать технике поворота махом на месте.Коррекционно- развивающие: развивать внимание, быстроту, выносливость, ловкость.Коррекционно- воспитательные: воспитывать чувства коллективизма и уважение к товарищам.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Освоение способа поворота на лыжах махом.2.Демонстрация техники поворота махом на месте.3.Выполнение поворота махом на лыжах.4.Выполнение	1.Осваивают способ поворота на лыжах махом.2.Выполняют поворот махом на лыжах после инструкции и неоднократного показа учителя.3.Выполняют поворот махом на месте на лыжах по инструкции и показа учителя.	1. Осваивают способ поворота на лыжах махом.2.Выполняют поворот махом на лыжах.3.Выполняют поворот махом на месте на лыжах.4.Выполняют передвижение на лыжах изученными ходами

	передвижение скользящим шагом по лыжне с палками	4.Выполняют передвижения скользящим шагом по лыжне с палками по возможности	
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение тренировочных упражнений на одевании лыжного инвентаря	Совместно с родителем выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря	Самостоятельно выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 41

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	5
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Поворот махом на месте
Цель	обучение поворотам махом на месте.
Задачи	Коррекционно- образовательные: обучать технике поворота махом на месте.Коррекционно- развивающие: развивать внимание, быстроту, выносливость, ловкость.Коррекционно- воспитательные: воспитывать чувства коллективизма и уважение к товарищам.
Этапы урока	Содержание деятельности

	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Освоение способа поворота на лыжах махом.2.Демонстрация техники поворота махом на месте.3.Выполнение поворота махом на лыжах.4.Выполнение передвижение скользящим шагом по лыжне с палками	1.Осваивают способ поворота на лыжах махом.2.Выполняют поворот махом на лыжах после инструкции и неоднократного показа учителя.3.Выполняют поворот махом на месте на лыжах по инструкции и показа учителя. 4.Выполняют передвижения скользящим шагом по лыжне с палками по возможности	1. Осваивают способ поворота на лыжах махом.2.Выполняют поворот махом на лыжах.3.Выполняют поворот махом на месте на лыжах.4.Выполняют передвижение на лыжах изученными ходами
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение тренировочных упражнений на одевании лыжного инвентаря	Совместно с родителем выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря	Самостоятельно выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 42

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	5		
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Одновременный двухшажный ход		
Цель	освоение техники передвижения двухшажный ходом.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать специальные знания из раздела лыжной подготовки.Коррекционно- развивающие: развивать физические качества: координацию, общую выносливость.Коррекционно- воспитательные: воспитывать самостоятельность и личную ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения

3. Включение изученного в систему знаний	1.Освоение способа передвижения одновременного двухшажного хода на лыжах.2.Демонстрация техники одновременного двухшажного хода.3.Выполнение передвижения одновременным двухшажным ходом	1.Смотрят показ с объяснение техники одновременного двухшажного хода.2.Осваивают технику передвижения одновременного двухшажного хода (по возможности).3.Выполняют передвижение одновременным двухшажным ходом по возможности	1.Смотрят показ с объяснение техники одновременного двухшажного хода.2.Осваивают технику передвижения одновременного двухшажного хода. 3.Выполняют передвижение одновременным двухшажным ходом по возможности
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторение техники одновременного двухшажного хода	Совместно с родителем повторяют технику одновременного двухшажного хода	Самостоятельно повторяют технику одновременного двухшажного хода
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 43

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	5
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Одновременный двухшажный ход
Цель	освоение техники передвижения двухшажный ходом.

Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать специальные знания из раздела лыжной подготовки.Коррекционно- развивающие: развивать физические качества: координацию, общую выносливость.Коррекционно- воспитательные: воспитывать самостоятельность и личную ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Освоение способа передвижения одновременного двухшажного хода на лыжах.2.Демонстрация техники одновременного двухшажного хода.3.Выполнение передвижения одновременным двухшажным ходом	1.Смотрят показ с объяснение техники одновременного двухшажного хода.2.Осваивают технику передвижения одновременного двухшажного хода (по возможности).3.Выполняют передвижение одновременным двухшажным ходом по возможности	1.Смотрят показ с объяснение техники одновременного двухшажного хода.2.Осваивают технику передвижения одновременного двухшажного хода. 3.Выполняют передвижение одновременным двухшажным ходом по возможности
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторение техники одновременного двухшажного хода	Совместно с родителем повторяют технику одновременного двухшажного хода	Самостоятельно повторяют технику одновременного двухшажного хода
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 44

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	5		
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Повороты переступанием в движении		
Цель	овладение навыками передвижения на лыжах, дальнейшее их совершенствование.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: учить постановке палок на снег в одновременном бесшажном ходе.Коррекционно- развивающие: развивать выносливость, координацию движений.Коррекционно- воспитательные: воспитывать интерес обучающихся к лыжному спорту, формировать привычку к здоровому образу жизни.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Переход на учебную лыжню в колонне по одному.2.Передвижение по учебному кругу ступающим и скользящим шагом. 3.Выполнение упражнения, демонстрирую уверенное отрывание от снега лыжи, наклон в сторону поворота и вперед, сильно отталкиваясь от лыжи	1.Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2.Одевают лыжный инвентарь спомощью учителя.3.Выполняют повороты на лыжах на месте	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2.Одевают лыжный инвентарь.3.Выполняют поворот переступанием вдвижении
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение поворота на лыжах на месте	Совместно с родителем выполняют повороты на лыжах на месте	Самостоятельно выполняют повороты на лыжах на месте
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 45

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	5
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)

Тема	Обучение правильному падению при прохождении спусков		
Цель	овладение техникой правильного падения при прохождении спусков		
Задачи	Коррекционно- образовательные: учить технике правильного падения при прохождении спусков.Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье средствами физической культуры.Коррекционно- воспитательные: воспитывать целеустремленность и настойчивость при выполнении двигательного действия.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение способа торможения на лыжах.2.Освоение техники падения на бок	1. Осваивают комбинированное торможение лыжами и палками (по возможности). 2.Выполняют спуски в средней стойке	1. Выполняют комбинированное торможение лыжами и палками.2.Выполняют подъем «лесенкой», «ёлочкой», имитируют и тренируют падение при прохождении спусков
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в способах торможения на лыжах	Совместно с родителем упражняются в способах торможения на лыжах	Самостоятельно выполняют упражняются в способах торможения на лыжах

5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 46

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	5		
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Прохождение на лыжах за урок до 1 км		
Цель	овладение навыками прохождения на лыжах за урок до 1 км.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: учить навыку прохождения на лыжах за урок до 1 км.Коррекционно- развивающие: развивать выносливость, координацию движений.Коррекционно- воспитательные: воспитывать интерес обучающихся к лыжному спорту, формировать привычку к здоровому образу жизни.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	

	формы и обуви, освобожденных от занятия		
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Переход на учебную лыжню в колонне по одному.2.Одевание лыжного инвентаря.3.Прохождение дистанции на лыжах за урок	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2.Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя.3. Проходят дистанцию без учета времени от 0,5 до 0,8 км по возможности	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. 2.Одевают лыжный инвентарь. 3. Проходят дистанцию без учета времени 1 км
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в одевание лыжного инвентаря	Совместно с родителем: упражняются в одевание лыжного инвентаря	Самостоятельно выполняют упражняются в одевание лыжного инвентаря
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 47

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	5
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки

Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Прохождение на лыжах за урок до 1 км		
Цель	овладение навыками прохождения на лыжах за урок до 1 км.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: учить навыку прохождения на лыжах за урок до 1 км.Коррекционно- развивающие: развивать выносливость, координацию движений.Коррекционно- воспитательные: воспитывать интерес обучающихся к лыжному спорту, формировать привычку к здоровому образу жизни.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Переход на учебную лыжню в колонне по одному.2.Одевание лыжного инвентаря.3.Прохождение дистанции на лыжах за урок	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2.Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя.3. Проходят дистанцию без учета времени от 0,5 до 0,8 км по возможности	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. 2.Одевают лыжный инвентарь. 3. Проходят дистанцию без учета времени 1 км

4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в одевание лыжного инвентаря	Совместно с родителем: упражняются в одевание лыжного инвентаря	Самостоятельно выполняют упражняются в одевание лыжного инвентаря
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 48

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	5		
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Игры на лыжах: «Пятнашки простые», «Самый меткий»		
Цель	формирование личности учащегося на основе физической деятельности.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: разучить игры на лыжах «Пятнашки простые», «Самый меткий», повторить игру «Пустое место».Коррекционно- развивающие: развивать выносливость, координацию движений.Коррекционно- воспитательные: воспитывать интерес обучающихся к лыжному спорту, формировать привычку к здоровому образу жизни.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1. Совершенствование техники передвижения без палок, развитие ловкости в играх на лыжах	1. Играют в игры на лыжах(по возможности)	1. Играют в игры на лыжах
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в одевание лыжного инвентаря	Совместно с родителем: упражняются в одевание лыжного инвентаря	Самостоятельно выполняют упражняются в одевание лыжного инвентаря
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок49

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	5
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, презентация, музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок открытия новых знаний

Тема	Инструктаж по технике безопасности на занятиях спортивными играми. Значение и основные правила закаливания		
Цель	изучение видов и правил закаливания организма		
Задачи	Коррекционно- образовательные: обучить закаливанию организма.Коррекционно- развивающие: способствовать укреплению опорно-двигательного аппарата.Коррекционно- воспитательные: воспитывать целеустремленность, настойчивость, упорство в достижении поставленной цели.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Открытие «нового» знания	Беседа об основных средствах и правилах закаливания организма	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорных поощрений	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу
4. Первичное закрепление материала	1.Передвижение, исполнение команд в колонне сохраняядистанцию и равнение в затылок. 2.Знакомство с бегом в чередовании с ходьбой. 3.Подвижная игра на внимание	1.Выполняют построение с помощью педагога.2.Передвигаются в колонне бегом в чередовании с ходьбой по указанию учителя.3.Участвуют в подвижной игре по инструкции учителя	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, колонну, круг, осваиваютстроевые действия в шеренге и колонне.2. Передвигаются в колонне бегом в чередовании с ходьбой3.Осваивают правила игры

5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторение правил закаливания организма	Совместно с родителем повторяют правила закаливания организма	Самостоятельно повторяют правила закаливания организма
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок50

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	5		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, презентация, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Правила игры в волейбол, наказания наказаний за нарушение игры и судейство		
Цель	формирование у обучающихся знаний и навыков игры в волейбол.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить правила игры в волейбол.Коррекционно- развивающие: способствовать укреплению опорно-двигательного аппарата.Коррекционно- воспитательные: воспитывать целеустремленность, настойчивость, упорство в достижении поставленной цели.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Открытие «нового» знания	Беседа о правилах игры в волейбол	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорных поощрений	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу
4. Первичное закрепление материала	1.Ознакомление с простейшими правилами игры волейбол, правилами судейства, наказаниями при нарушениях правил игры.2. Выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев	1. Осваивают простейшие правила игры в волейболе, запоминают названия наказаний при нарушении игры, с неоднократным повторением названий учителем.2.Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев (по возможности)	1. Осваивают простейшие правила игры в волейболе, запоминают названия наказаний при нарушении игры.2.Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторение правил игры в волейбол	Совместно с родителем повторяют правила игры в волейбол	Самостоятельно повторяют правила игры в волейбол
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 51

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	5

Материально-техническое обеспечение	Волейбольные мячи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Стойка волейболиста. Перемещения на площадке, передача мяча сверху двумя руками над собой и передача мяча снизу двумя руками на месте и после перемещения		
Цель	обучение навыкам приема волейбольного мяча двумя руками сверху.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: продолжить обучать технике выполнения приема волейбольного мяча двумя руками сверху в парах на месте, у сетки.Коррекционно- развивающие: развивать ловкость, “чувство мяча”.Коррекционно- воспитательные: воспитывать интерес к урокам волейбола.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Ознакомление с основными стойками волейболиста.2.Демонстрация основных стоек в волейболе, передачи мяча сверху, снизу.3.Выполнение упражнений на развитие мышц	1. Осваивают основные стойки волейболиста, после неоднократного показа учителя, ориентируясь на выполнение стойки обучающимися из 2 гр.2. Выполняют	1. Осваивают основные стойки волейболиста, после показа учителя.2.Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и

	кистей рук и пальцев.4.Выполняют перемещение на площадке игроков в волейболе, выполнение приема и передачи мяча двумя руками у стены и в парах	упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев (по возможности). 3.Выполняют перемещения на площадке с помощью педагога.4.Осваивают и используют игровые умения (взаимодействие с партнером)	пальцев.3.Выполняют перемещения на площадке.4.Осваивают и используют игровые умения
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторение основных стоек в волейболе	Совместно с родителем: повторяют основные стойки в волейболе	Самостоятельно повторяют основные стойки в волейболе
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 52

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	5
Материально-техническое обеспечение	Волейбольные мячи
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Нижняя прямая подача
Цель	создание условий для обучения техники нижней подачи мяча.

Задачи	Коррекционно- образовательные: обучать технике нижней прямой подачи.Коррекционно- развивающие: развивать координационные способности, быстроту перемещений, развитие ориентировки в пространстве.Коррекционно- воспитательные: воспитывать умение находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время игровой деятельности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Определение способов подачи мяча в волейболе.2.Освоение техники нижней прямой подачи.3.Освоение стойки во время выполнения нижней прямой подачи. 4.Демонстрация техники нижней прямой подачи.5.Выполнение нижней прямой подачи	1. Смотрят показ с объяснением технике правильного выполнения нижней прямой подачи.2. Определяют способы подачи мяча в волейболе. 3.Осваивают техники нижней прямой подачи по инструкции учителя.4.Выполняют стойку во время нижней прямой подачи по неоднократной инструкции и показу учителя.5.Выполнение нижней прямой подачи по инструкции учителя и ориентируясь на образец выполнения обучающимися из 2 группы	1. Смотрят показ с объяснением технике правильного выполнения нижней прямой подачи.2.Определяют способы подачи мяча в волейболе.3.Осваивают техники нижней прямой подачи по инструкции учителя.4.Выполняют стойку во время нижней прямой подачи по неоднократной.5.Выполнение нижней прямой подачи

4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторение основных стоек в волейболе	Совместно с родителем: повторяют основные стойки в волейболе	Самостоятельно повторяют основные стойки в волейболе
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 53

<table>
<tr><td>Предмет</td><td colspan="3">Адаптивная физическая культура</td></tr>
<tr><td>Класс</td><td colspan="3">5</td></tr>
<tr><td>Материально-техническое обеспечение</td><td colspan="3">Музыкальное сопровождение, волейбольная сетка, волейбольные мячи</td></tr>
<tr><td>Тип урока</td><td colspan="3">Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)</td></tr>
<tr><td>Тема</td><td colspan="3">Прыжки с места и с шага в высоту и длину (2-3 серии прыжков по 5-10 прыжков за урок). Учебная игра в волейбол</td></tr>
<tr><td>Цель</td><td colspan="3">формирование у обучающихся представления о технике прыжка с места в высоту и длину.</td></tr>
<tr><td>Задачи</td><td colspan="3">Коррекционно- образовательные: изучать технику прыжка с места в высоту и длину.Коррекционно- развивающие: развивать внимание, мышление, координационные универсальные умения.Коррекционно- воспитательные: воспитывать устойчивый интерес к двигательной активности.</td></tr>
<tr><td rowspan="3">Этапы урока</td><td colspan="3">Содержание деятельности</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Деятельность учителя</td><td colspan="2">Деятельность обучающихся</td></tr>
<tr><td>Минимальный уровень</td><td>Достаточный уровень</td></tr>
</table>

1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Сочетание работу рук, ног в прыжках у сетки.2.Закрепление правил перехода по площадке.3.Выполнение игровые действий соблюдая правила игры	1.Прыгают вверх с места и с шага, у сетки (1-2 серии прыжков по 5-5 прыжков за урок.2.Выполняют переход по площадке.3.Играют в учебную игру (по возможности)	1.Прыгают вверх с места и с шага, у сетки.2.Выполняют переход по площадке.3.Играют в учебную игру
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений на развитие координации	Совместно с родителем: выполняют упражнение на развитие координации	Самостоятельно выполняют упражнение на развитие координации
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок54

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	5
Материально-техническое обеспечение	Теннисные ракетки, теннисные мячики, презентация, музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок открытия новых знаний

Тема	Настольный теннис. Правила соревнований		
Цель	формирование представления о понятии «чувство мяча» и способах его определения и развития.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: познакомиться с определением «чувство мяча».Коррекционно- развивающие: развивать реакцию и ловкость (непредсказуемость отскока и полета мяча).Коррекционно- воспитательные: воспитывать чувство ответственности за порученное задание.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Открытие «нового» знания	Ознакомление с простейшими правилами игры настольного тенниса, наказаниями при нарушениях правил	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорных поощрений)	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на визуальный план
4. Первичное закрепление материала	1.Ознакомление с атрибутикой игры настольный теннис.2.Ознакомление с основной стойкой теннисиста.3.Выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев.4.Выполнение упражнений в отбивание и жонглирование мяча ракеткой	1. Осваивают простейшие правила игры в настольный теннис, запоминают названия наказаний при нарушении игры, с неоднократным повторением названий учителем.2.Осваивают основную стойку теннисиста по инструкции учителя.3.Выполняют упражнения на развитие	1. Осваивают простейшие правила игры в настольный теннис, запоминают названия наказаний при нарушении игры.2.Осваивают основную стойку теннисиста по инструкции учителя.3.Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев.4.Выполняют жонглирование и

		мышц кистей рук и пальцев (по возможности). 4.Выполняют жонглирование и отбивания мяча ракеткой по возможности	отбивания мяча ракеткой с соблюдением основной стойки
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев	Совместно с родителем выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев	Самостоятельно выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 55

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	5
Материально-техническое обеспечение	Музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Техника отбивания мяча то одной, то другой стороной ракетки
Цель	формирование представления о технике отбивания мяча то одной, то другой стороной ракетки.
Задачи	Коррекционно- образовательные: изучать технику отбивания мяча то одной, то другой стороной ракетки.Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений, гибкость, ловкость, быстроту реакции.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность, взаимодействие коллективизм.

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Жонглирование теннисным мячом, выполнение отбивания мяча стороной ракетки, передвижение, выполнение ударов со стандартных положений.2.Деффиринцирование разновидностей ударов	1. Выполняют прием и передачу мяча теннисной ракеткой по возможности. 2.Дифференцируют разновидности ударов (по возможности)	1.Выполняют прием и передачу мяча теннисной ракеткой.2.Дифференцируют разновидности ударов
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений на развитие координации	Совместно с родителем: выполняют упражнение на развитие координации	Самостоятельно выполняют упражнение на развитие координации
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 56

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	5		
Материально-техническое обеспечение	Музыкальное сопровождение, теннисные ракетки, теннисные мячи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Правильная стойка теннисиста, техника короткой и длинной подачи мяча		
Цель	формирование представления о технике короткой и длинной подачи мяча.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: изучать технику короткой и длинной подачи мяча.Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений, гибкость, ловкость, быстроту реакции.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность, взаимодействие коллективизм.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения

3. Включение изученного в систему знаний	1.Определение названия подачи. 2.Выполнение подачи мяча, принимая правильное исходное положение	1. Выполняют правильную стойку теннисиста и подачу мяча (по возможности). 2.Дифференцируют разновидности подач (по возможности)	1.Выполняют правильную стойку теннисиста и подачу мяча.2.Дифференцируют разновидности подач
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторение названия подач	Совместно с родителем: повторяют названия подач	Самостоятельно повторяют названия подач
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 57

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	5
Материально-техническое обеспечение	Музыкальное сопровождение, видеоматериал, теннисные ракетки, теннисные мячи
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Правила соревнований по настольному теннису. Учебная игра в настольный теннис
Цель	формирование представления о правилах соревнования по настольному теннису.
Задачи	Коррекционно- образовательные: изучать правила соревнования по настольному теннису.Коррекционно- развивающие: развивать физические качества: быстроту реакций, координацию движений, ловкость и глазомер.Коррекционно- воспитательные: воспитывать волевые качества: силу воли, собранность, сосредоточенность, внимание.

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Ознакомление с правилами соревнований по настольному теннису.2.Одиночная игра	1.Рассматривают видеоматериал по теме. «Правила соревнований по настольному теннису» с помощью учителя.2.Играют в одиночные игры (по возможности)	1.Рассматривают видеоматериал по теме «Правила соревнований по настольному теннису».2.Играют в одиночные игры
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторение правил соревнований по настольному теннису	Совместно с родителем: повторяют правила соревнований по настольному теннису	Самостоятельно повторяют правила соревнований по настольному теннису
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 58

Предмет	Адаптивная физическая культура

Класс	5		
Материально-техническое обеспечение	Музыкальное сопровождение, эстафетная палочка, набивные мячи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Бег на короткую дистанцию		
Цель	изучение техники бега на короткие дистанции и научиться применять их на практике.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить технику беговых упражнений.Коррекционно- развивающие: развивать умение выполнять беговые упражнения.Коррекционно- воспитательные: воспитывать волевые качества: силу воли, собранность, сосредоточенность, внимание.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение ходьбы группами наперегонки.2.Выполнение перепрыгивания через набивные мячи.3.Выполнение бега с высокого старта, стартовый разбега и старта	1. Выполняют ходьбу группами наперегонки. 2.Выполняют перепрыгивания через набивные мячи (расстояние 80-100см, длина 4 метра).3.Выполняют бег с высокого	1. Выполняют эстафетный бег (по кругу 60 м) с правильной передачей эстафетной палочки. 2.Выполняют перепрыгивания через набивные мячи (расстояние 80-100см, длина 5

	из различных исходных положений. 4.Выполнение метания мяча в пол на дальность отскока	старта, стартовый разбега и старта из различных исходных положений.4.Выполняют метание мяча в пол на дальность отскока	метров).3.Выполняют бег с низкого старта, стартовый разбега и старта из различных исходных положений.4.Выполняют метание мяча в пол на дальность отскока
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение перепрыгивания через набивные мячи	Совместно с родителем: выполняют перепрыгивания через набивные мячи	Самостоятельно выполняют перепрыгивания через набивные мячи
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 59

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	5
Материально-техническое обеспечение	Музыкальное сопровождение, эстафетная палочка, набивные мячи
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Бег на среднюю дистанцию (300 м)
Цель	изучение техники бега на среднюю дистанцию.
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить технику беговых упражнений.Коррекционно- развивающие: развивать умение выполнять беговые упражнения.Коррекционно- воспитательные: воспитывать волевые качества: силу воли, собранность, сосредоточенность, внимание.

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение ходьбы на отрезках от 100 до 200 м.2.Выполнение бега на среднююдистанцию.3.Выполнение метания малого мяча на дальность с места (коридор 10 м)	1. Проходят отрезки от 100 до 200 м.2.Выполняют кроссовый бег на дистанцию 200м.3. Выполняют метание малого мяча на дальность с места (коридор 10м)	1.Проходят отрезки от 100 до 200 м.2.Выполняют кроссовый бег на дистанцию 300м.3.Выполняют метание малого мяча на дальность с 3 шагов разбега (коридор 10м)
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение бега на среднюю дистанцию	Совместно с родителем: выполняют бег на среднюю дистанцию	Самостоятельно выполняют бег на среднюю дистанцию
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 60

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	5		
Материально-техническое обеспечение	Музыкальное сопровождение, эстафетная палочка, набивные мячи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Прыжок в длину с полного разбега		
Цель	формирование у обучающихся осознанного выполнения прыжка в длину с полного разбега.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: обучить постановке толчковой ноги на планку и отталкиваниюКоррекционно- развивающие: способствовать развитию скоростно-силовых качеств.Коррекционно- воспитательные: воспитывать волевые качества: силу воли, собранность, сосредоточенность, внимание.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения

3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение бега 60 м с ускорением и на время.2.Выполнение упражнений в подборе разбега для прыжков в длину.3.Выполнение метания на дальность из- за головы через плечо с 4-6 шагов разбега	1.Бегут 60 м с ускорением и на время.2.Выполняют прыжок в длину с 3-5 шагов разбега. 3.Выполняют метание на дальность из-за головы через плечо с 4-6 шагов разбега	1. Бегут 60 м с ускорением и на время.2.Выполняют прыжок в длину с полного разбега.3.Выполняют метание на дальность из-за головы через плечо с 4-6 шагов разбега
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение бега с ускорением	Совместно с родителем: выполняют бег с ускорением	Самостоятельно выполняют бег с ускорением
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 61

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	5
Материально-техническое обеспечение	Музыкальное сопровождение, эстафетная палочка
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Прыжок в длину с полного разбега
Цель	формирование у обучающихся осознанного выполнения прыжка в длину с полного разбега.

Задачи	Коррекционно- образовательные: обучить постановке толчковой ноги на планку и отталкиваниюКоррекционно- развивающие: способствовать развитию скоростно-силовых качеств.Коррекционно- воспитательные: воспитывать волевые качества: силу воли, собранность, сосредоточенность, внимание.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение бега 60 м с ускорением и на время.2.Выполнение упражнений в подборе разбега для прыжков в длину.3.Выполнение метания на дальность из- за головы через плечо с 4-6 шагов разбега	1.Бегут 60 м с ускорением и на время.2.Выполняют прыжок в длину с 3-5 шагов разбега. 3.Выполняют метание на дальность из-за головы через плечо с 4-6 шагов разбега	1. Бегут 60 м с ускорением и на время.2.Выполняют прыжок в длину с полного разбега.3.Выполняют метание на дальность из-за головы через плечо с 4-6 шагов разбега
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение бега с ускорением	Совместно с родителем: выполняют бег с ускорением	Самостоятельно выполняют бег с ускорением
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 62

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	5		
Материально-техническое обеспечение	Музыкальное сопровождение, набивные мячи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Толкание набивного мяча весом до 2-3 кг с места на дальность		
Цель	совершенствование освоенных двигательных действий при выполнении техники метания набивного мяча.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закреплять понятия двигательных действий.Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения

3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение упражнений в подборе разбега для прыжков в длину.2.Толкание набивного мяча на дальность	1.Выполняют прыжок в длину с 3-5 шагов разбега.2.Толкают набивной мяч меньшее количество раз	1.Выполняют прыжок в длину с полного разбега.2.Толкают набивной мяч весом до 3 кг
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение прыжков в длину	Совместно с родителем: выполняют прыжки в длину	Самостоятельно выполняют прыжки в длину
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 63

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	5
Материально-техническое обеспечение	Музыкальное сопровождение, теннисные мячи
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Метание теннисного мяча на дальность с полного разбега по коридору 10 м
Цель	освоение техники метание теннисного мяча на дальность с полного разбега по коридору 10 м.
Задачи	Коррекционно- образовательные: закреплять технику метание теннисного мяча на дальность с полного разбега по коридору 10 м.Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение бега на дистанции 30 м (3-6 раза) за урок, на 60м – 3 раза.2.Выполнение упражнений в подборе разбега для прыжков в длину.3.Метание теннисного мяча на дальность с полного разбега по коридору 10 м	1. Выполнение бега на дистанции 30 м (2-3 раза) за урок, на 40м – 1 раз. 2.Выполняют прыжок в длину с 3-5 шагов разбега.3.Выполняют метание малого мяча на дальность с места (коридор 10 м)	1. Выполнение бега на дистанции 40 м (3-6 раза) за урок, на 30м – 3 раза. 2.Выполняют прыжок в длину с полного разбега.3.Выполняют метание малого мяча на дальность с полного разбега (коридор 10 м)
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в метание теннисного мяча	Совместно с родителем: упражняются в метание теннисного мяча	Самостоятельно упражняются в метание теннисного мяча
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 64

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	5		
Материально-техническое обеспечение	Музыкальное сопровождение, теннисные мячи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Метание теннисного мяча на дальность с полного разбега по коридору 10 м		
Цель	освоение техники метание теннисного мяча на дальность с полного разбега по коридору 10 м.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закреплять технику метание теннисного мяча на дальность с полного разбега по коридору 10 м.Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения	1. Выполняют построение2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения

		учителем и/или обучающимися 2 группы	
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение бега на дистанции 30 м (3-6 раза) за урок, на 60м – 3 раза.2.Выполнение упражнений в подборе разбега для прыжков в длину. 3.Метание теннисного мяча на дальность с полного разбега по коридору 10 м	1. Выполнение бега на дистанции 30 м (2-3 раза) за урок, на 40м – 1 раз. 2.Выполняют прыжок в длину с 3-5 шагов разбега. 3.Выполняют метание малого мяча на дальность с места (коридор 10 м)	1. Выполнение бега на дистанции 40 м (3-6 раза) за урок, на 30м – 3 раза. 2.Выполняют прыжок в длину с полного разбега.3.Выполняют метание малого мяча на дальность с полного разбега (коридор 10 м)
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в метание теннисного мяча	Совместно с родителем: упражняются в метание теннисного мяча	Самостоятельно упражняются в метание теннисного мяча
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 65

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	5
Материально-техническое обеспечение	Музыкальное сопровождение, мячи
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Ходьба на скорость до 5 мин. в различном темпе с изменением шага
Цель	освоение техники ходьбы на скорость до 5 мин. в различном темпе с изменением шага.

Задачи	Коррекционно- образовательные: закреплять технику ходьбы на скорость до 5 мин. в различном темпе с изменением шага.Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Ходьба на скорость до 5 мин. в различном темпе с изменением шага.2.Метание мяча с полного разбега на дальность в коридор 10 м	1. Идут на скорость до 5 мин. в различном темпе с изменением шага.2.Осваивают метание малого мяча на дальность с места (коридор 10 м)	1. Идут на скорость до 5 мин. в различном темпе с изменением шага.2.Выполняют метание малого мяча на дальность с места (коридор 10 м)
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в ходьбе в различном темпе	Совместно с родителем: упражняются в ходьбе в различном темпе	Самостоятельно упражняются в ходьбе в различном темпе
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 66

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	5		
Материально-техническое обеспечение	Музыкальное сопровождение, мячи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Ходьба на скорость до 5 мин. в различном темпе с изменением шага		
Цель	освоение техники ходьбы на скорость до 5 мин. в различном темпе с изменением шага.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закреплять технику ходьбы на скорость до 5 мин. в различном темпе с изменением шага.Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь	1. Выполняют построение2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают

		на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Ходьба на скорость до 5 мин. в различном темпе с изменением шага.2.Метание мяча с полного разбега на дальность в коридор 10 м	1. Идут на скорость до 5 мин. в различном темпе с изменением шага.2.Осваивают метание малого мяча на дальность с места (коридор 10 м)	1. Идут на скорость до 5 мин. в различном темпе с изменением шага.2.Выполняют метание малого мяча на дальность с места (коридор 10 м)
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в ходьбе в различном темпе	Совместно с родителем: упражняются в ходьбе в различном темпе	Самостоятельно упражняются в ходьбе в различном темпе
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 67

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	5
Материально-техническое обеспечение	Музыкальное сопровождение, эстафетные палочки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Эстафета 4*30 м
Цель	совершенствование физических качеств, посредством веселых стартов и соревновательной деятельности.

Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать физические качества, посредством веселых стартов и соревновательной деятельности.Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье; способствовать развитию скоростных качеств, ловкости.Коррекционно- воспитательные: способствовать воспитанию сознательной дисциплинированности, чувства коллективизма, смелости и решительности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение специально-беговыхупражнений.2. Освоение техники передачи эстафетной палочки, выполнение эстафетного бега	1. Демонстрируют выполнение специально-беговых упражнений. 2.Выполняют эстафетный бег с этапами до 30 м	1. Выполняют специально- беговые упражнения. 2.Пробегают эстафету (4 * 30 м)
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в ходьбе в различном темпе	Совместно с родителем: упражняются в ходьбе в различном темпе	Самостоятельно упражняются в ходьбе в различном темпе
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 68

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	5		
Материально-техническое обеспечение	Музыкальное сопровождение, эстафетные палочки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Кроссовый бег до 500 м		
Цель	выполнение специальных беговых упражнений, развитие интереса к кроссовой подготовке.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закреплять технику бега на длинные дистанцииКоррекционно- развивающие: укреплять здоровье; способствовать развитию скоростных качеств, ловкости.Коррекционно- воспитательные: воспитывать ценностное отношение к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения

3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение специально-беговых упражнений.2.Закрепление тактики бега на длинной дистанции	1.Демонстрируют выполнение специально-беговых упражнений.2.Бегут кросс на дистанции 0,3 км	1. Выполняют специально- беговые упражнения.2.Бегут кросс на дистанции 0,5 км
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в ходьбе в различном темпе	Совместно с родителем: упражняются в ходьбе в различном темпе	Самостоятельно упражняются в ходьбе в различном темпе
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее ФАООП УО, вариант (1), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. №1026 (http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202212300059) и адресована обучающимся с нарушением интеллекта с учетом реализации особых образовательных потребностей.

Также основой нормативно-правовой базы являются следующие документы:

- Методические рекомендации «Организация образования обучающихся с нарушениями интеллекта с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий», г. Москва, 2026 год;

- АООП, 1 вариант, 2 вариант МКОУ «Ножовская школа-интернат VIII вида», разработанной, 31.08.2023 г.;

-Учебный план МКОУ «Ножовская школа-интернат VIII вида», утвержденный 31.08.2026 года;

-Календарный учебный график на 2026-2027 учебный год, утвержденный приказом от 17.08.2026 ОД-100.

Учебный предмет «Адаптивная физическая культура» относится к предметной области «Физическая культура» и является обязательной частью учебного плана. В соответствии с учебным планом рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 6 классе рассчитана на 34 учебные недели и составляет 68 часов в год (2 часа в неделю).

Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа определяет цель и задачи учебного предмета «Адаптивная физическая культура».

Цель обучения – всестороннее развитие личности обучающихся с нарушением интеллекта в процессе приобщения их к физической культуре; коррекция недостатков психофизического развития; развитие индивидуальных двигательных возможностей; создание условий для социальной адаптации.

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 6 классе определяет следующие задачи:

– формирование потребности в систематических занятиях физической культурой, доступными видами спорта;

– формирование основных двигательных качеств: быстрота, сила, ловкость и др.;

– развитие у обучающихся умения следить за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, адекватно их дозировать;

– формирование умения ходить и бегать в различном темпе, во время бега и ходьбы не задерживать дыхание; выполнять ускорения на отрезках от 40-до 60 м;

– формирование умений выполнять прыжок в длину способом «согнув ноги с полного разбега»;

– формирование навыков метания мяча (на дальность, в цель);

– совершенствование техники выполнения строевых команд и перестроений;

– совершенствование умений сохранять равновесие во время выполнения заданий на гимнастической скамейке и гимнастической стенке;

– совершенствование умений выполнять самостоятельно комплекс общеразвивающих упражнений;

– совершенствование умений перелезать через препятствие и подлезать под препятствие различными способами (в зависимости от высоты препятствия);

– совершенствования умений передвигаться на лыжах;

– формирование мотивации к здоровому образу жизни;

– совершенствование техники и приемов в спортивных играх;

– коррекция недостатков познавательной сферы и психомоторного развития;

– развитие и совершенствование волевой сферы;

– воспитание нравственных качеств и свойств личности.

II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

Содержание учебного предмета «Адаптивная физическая культура» отражено в следующих разделах: «Гимнастика», «Легкая атлетика», «Лыжная подготовка», «Спортивные игры». В каждом из разделов выделено два взаимосвязанных подраздела: «Теоретические сведения» и «Практический материал».

В разделе «Гимнастика» кроме построений и перестроений широко используются физические упражнения с предметами и без предметов, содержание которых по сравнению с предыдущими годами обучения в основном остается без изменений, но при этом возрастает их сложность и увеличивается дозировка.

В раздел «Легкая атлетика» включены традиционные виды: ходьба, бег, прыжки, метание, которые способствуют развитию физических качеств обучающихся (силы, ловкости, быстроты).

Освоение раздела «Лыжная подготовка» направлено на дальнейшее совершенствование навыков владения лыжами, которые способствуют коррекции психомоторной сферы школьников на нарушением интеллекта. В тех регионах, где климатические условия не позволяют систематически заниматься лыжной или конькобежной подготовками, следует заменить их занятиями гимнастикой, легкой атлетикой, подвижными играми. Но в этом случае следует проводить уроки физкультуры не только в условиях спортивного зала, но и на свежем воздухе.

Особое место в системе уроков по физической культуре занимают разделы «Подвижные игры» и «Спортивные игры», которые не только способствуют укреплению здоровья обучающихся и развитию у них необходимых физических качеств, но и формируют навыки коллективного взаимодействия. В 6 классе обучающиеся продолжают знакомиться с доступными видами спортивных игр: волейболом, баскетболом, настольным теннисом, хоккеем на полу (последнее может использоваться как дополнительный материал), изучают их правила, участвуют в учебных играх, организованных учителем на уроках.

Обучение учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 6 классе направлено на всестороннее развитие подростка, развитие его потенциальных возможностей. В процессе проведения уроков адаптивной физической культуры применяются общепедагогические и специальные методы и технологии физического воспитания (метод упражнений, игровой метод, соревновательный метод и др.).

Таблица 1. Основное содержание учебного предмета ««Адаптивная физическая культура» в 6 классе.

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов
1	Теоретические сведения о физической культуре	В процессе обучения (в течение учебного года)
2	Гимнастика	14
3	Легкая атлетика	20
4	Лыжная подготовка	16
5	Спортивные игры	18
	Итого	68

III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты

– осознает себя гражданином России; демонстрирует чувство гордости за свою Родину;

– владеет навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;

– демонстрирует навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в соревновательной и игровой деятельности.

– владеет знаниями правил безопасного, здорового образа жизни и отдельными навыками их выполнения;

– проявляет интерес к физической культуре и спорту, демонстрирует потребность в систематических занятиях физической культурой и доступными видами спорта;

– имеет адекватные представления о собственных возможностях,

– владеет социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;

– на доступном уровне способен к осмыслению социального окружения, своего места в нем;

– принимает и осваивает социальную роль обучающегося, демонстрирует (на доступном уровне) социально значимые мотивы учебной деятельности.

– проявляет уважительное отношение к спортивным результатам других людей, сверстников;

– сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к физической культуре, работе на результат;

– проявляет чувства доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, сопереживания к чувствам других людей;

– проявляет чувство гордости за успехи достигнутые в соревнованиях различного уровня, как собственные так и своих товарищей.

Уровни достижения

предметных результатов по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» на конец 6 класса

Предметные результаты

минимальный уровень

• имеет элементарные представления о физической культуре как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

• выполняет комплексы утренней гимнастики (под руководством учителя);

• знает основные правила поведения на уроках физической культуры и осознанно их применяет;

• имеет представления о двигательных действиях; знает строевые команды и выполняет строевые действия по словесной инструкции;

• умеет вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;

• ходит в различном темпе с различными исходными положениями;

• имеет представления о видах двигательной активности, направленных на развитие основных физических качеств в процессе участия в спортивных играх и эстафетах;

• взаимодействует со сверстниками в организации и проведении спортивных игр, соревнований;

• имеет представления о бережном обращении с инвентарём и оборудованием;

• соблюдает требования техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

достаточный уровень

• осваивает на доступном уровне элементы гимнастики, легкой атлетики, лыжной подготовки, спортивных игр и других видов физической культуры;

• самостоятельно выполняет комплекс упражнений утренней гимнастики;

• выполняет комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; участвует в оздоровительных занятиях, включенных в режим дня;

• умеет подавать строевые команды, вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;

• участвует со сверстниками в спортивных играх и эстафетах;

• умеет оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам в процессе участия в спортивных играх и соревнованиях; осуществляет их объективное судейство;

• знает отдельные спортивные традиции своего народа и других народов;

• знает некоторые факты из истории развития физической культуры, понимает её роль и значение в жизнедеятельности человека;

• знает способы использования различного спортивного инвентаря в основных видах двигательной активности;

• знает правила техники выполнения двигательных действий;

• знает физические упражнения различной целевой направленности, выполняет их с заданной дозировкой нагрузки;

• соблюдает требования техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

Результаты формирования базовых учебных действий:

Личностные учебные действия:

На основе представлений и элементарных знаний (на доступном уровне):

• испытывает чувство гордости за свою страну;

• бережно относится к культурно-историческому наследию родного края и страны;

• активно включается в общеполезную социальную деятельность.

Коммуникативные учебные действия:

В ситуации взаимодействия, организованной учителем:

• вступает и поддерживает коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия (учебных, трудовых, бытовых и др.);

• слушает собеседника, вступает в диалог и поддерживает его;

• использует доступные источники и средства получения информации для решения коммуникативных и познавательных задач.

Регулятивные учебные действия:

При совместной, организованной учителем деятельности:

• принимает и сохраняет цели и задачи учебных и практических заданий и упражнений, находит адекватный способ их решения;

• обладает готовностью к осуществлению взаимного контроля в совместной деятельности и самоконтроля собственной деятельности;

• адекватно реагирует на внешний контроль и оценку, корректирует в соответствии с ней свою деятельность.

Познавательные учебные действия:

На уроке в учебной деятельности, организованной учителем и под его контролем:

• дифференцированно воспринимает окружающий мир, его временно-пространственную организацию;

• использует усвоенные логические операции (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию, установление аналогий, закономерностей, причинно-следственных связей) на наглядном, доступном вербальном материале, в практической деятельности (в соответствии с индивидуальными возможностями);

• использует в жизни и деятельности некоторые межпредметные знания, отражающие несложные, доступные существенные связи и отношения между объектами, явлениями и процессами.

IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Тема учебного занятия	Кол-во часов	Программное содержание	Дифференциация видов деятельности	
				Минимальный уровень	Достаточный уровень
Легкая атлетика					
1	Инструктаж по технике безопасности на уроках легкой атлетики. Ходьба в различном темпе	1	Беседа о правилах соблюдения техники безопасности на занятиях легкой атлетикой. Ходьба в различном темпе, выполнение упражнений в ходьбе. Преодоление полосы препятствий. Метание мяча в цель.	Слушают инструктаж о правилах поведения на уроках легкой атлетики. Выполняют ходьбу с заданиями (по инструкции учителя). Выполняют бег с преодолением препятствий (высота 10-30 см). Выполняют метание мяча в вертикальную цель.	Слушают инструктаж о правилах поведения на уроках легкой атлетики, отвечают на вопросы учителя. Выполняют ходьбу с заданиями. Выполняют бег с преодолением препятствий (высота 30-40 см). Выполняют метание мяча в вертикальную цель.
2	Продолжительная ходьба (10-15 мин) в различном темпе.	1	Беседа на тему «Значение ходьбы для укрепления здоровья человека». Определение оптимального двигательного режима для своего возраста. Выполнение ходьбы в различном темпе (сохраняя правильное положение тела в движении). Метание мяча в цель. Выполнение прыжков через скакалку.	Смотрят слайды мультимедийной учебной презентации «Значение ходьбы для укрепления здоровья человека», отвечают на вопросы учителя. Выполняют продолжительную ходьбу (10 мин). Выполняют метание мяча в вертикальную цель. Выполняют прыжки через скакалку на месте.	Смотрят слайды мультимедийной учебной презентации «Значение ходьбы для укрепления здоровья человека», отвечают на вопросы учителя, рассказывают о значении ходьбы. Выполняют продолжительную ходьбу (15 мин) в различном темпе. Выполняют метание мяча в вертикальную цель. Выполняют прыжки через скакалку на месте.

3	Бег в равномерном темпе (до 5 мин)	1	Выполнение ходьбы с заданиями. Выполнение бега легко и свободно, не задерживая дыхание. Выполнение прыжков в высоту с разбега способом «перешагивание».	Выполняют ходьбу (в процессе которой, выполняют различные упражнения по инструкции учителя). Выполняют бег с переменной скоростью (до 4 мин). Выполняют прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание».	Выполняют ходьбу (в процессе которой, выполняют различные упражнения по инструкции учителя). Выполняют бег с переменной скоростью (до 5 мин). Выполняют прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание».
4	Запрыгивание на препятствие высотой до 40 - 50 см	1	Выполнение бега на отрезке с ускорением 30 м. Выполнение запрыгивания на препятствие. Выполнение метания мяча на дальность (из-за головы через плечо).	Выполняют бег на отрезке с ускорением 30 м. Запрыгивают и спрыгивают с препятствия до 50 см (с помощью учителя). Выполняют метание мяча на дальность (из-за головы через плечо с места).	Выполняют бег на отрезке с ускорением 30 м. Запрыгивают на препятствие высотой 50 см, спрыгивают с него. Выполняют метание мяча на дальность (из-за головы через плечо) с 4-6 шагов разбега.
5	Бег на отрезках до 30 м. Беговые упражнения	1	Освоение названий беговых упражнений и последовательности их выполнения. Выполнение беговых упражнения, быстрого бега на отрезках. Метание мяча на дальность.	Осваивают беговые упражнения, бегут с ускорением на отрезках до 30 м (1 раз). Выполняют метание мяча на дальность (с места).	Выполняют беговые упражнения, бегут с ускорением на отрезках до 30 м (2-3 раза). Выполняют метание мяча на дальность.
6	Метание набивного мяча (вес до 1 кг) двумя руками снизу, из-за головы, через голову.	1	Выполнение беговых упражнений. Выполнение бега 60 м с ускорением и на время.	Выполняют беговые упражнения (по инструкции и показу учителя). Бегут 60 м с ускорением и на время.	Выполняют беговые упражнения (по инструкции учителя). Бегут 60 м с ускорением и на время.

			Выполнение броска набивного мяча, согласовывая движения рук и туловища.	Бросают набивной мяч из различных исходных положений (весом 1 кг).	Бросают набивной мяч из различных исходных положений (весом 1 кг).
7	Бег на короткую дистанцию 60 м (с низкого старта)	1	Выполнение беговых упражнений. Освоение понятия «низкий старт». Демонстрирование техники стартового разгона, переходящего в бег на дистанции. Выполнение броска набивного мяча, согласовывая движения рук и туловища.	Выполняют беговые упражнения (по инструкции и показу учителя). Начинают бег с низкого старта на 60 м. Бросают набивной мяч из различных исходных положений (весом 1 кг).	Выполняют беговые упражнения (по инструкции учителя). Начинают бег с низкого старта на 60 м. Бросают набивной мяч из различных исходных положений (весом 1-).
8	Бег на среднюю дистанцию (300 м).	1	Выполнение беговых упражнений. Выполнение бега на среднюю дистанцию, правильно распределяя свои силы. Метание мяча на дальность.	Выполняют беговые упражнения (по инструкции и показу учителя). Выполняют кроссовый бег до 300 м (допускается смешанное передвижение). Метают мяч на дальность.	Выполняют беговые упражнения (по инструкции учителя). Выполняют кроссовый бег до 150 м (девочки), на дистанцию 300 м (мальчики). Метают мяч на дальность.
Спортивные игры					
9	Инструктаж по технике безопасности при участии в спортивных играх. Баскетбол. Правила игры в баскетбол, права и обязанности игроков, правила судейства, предупреждение травматизма	1	Беседа по технике безопасности, санитарно-гигиенические требования к занятиям баскетболом, права и обязанности игроков на площадке, предупреждение травматизма. Освоение простейших правилам игры, знакомство с правилами	Принимают участие в беседе, отвечают на вопросы учителя с опорой на визуальный план. Знакомятся с правилами игры в баскетбол. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).	Принимают участие в беседе, рассказывают о правилах безопасности при участии в спортивных играх. Осваивают правила игры в баскетбол. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).

			судейства, наказаниями при нарушениях правил игры. Подвижная игра (броски и передача мяча).		
10	Стойка баскетболиста. Передача мяча двумя руками от груди (в парах с продвижением вперед)	1	Совершенствование стойки баскетболиста. Выполнение ведения меча в движении. Выполнение передачи мяча двумя руками от груди (с шагом навстречу друг другу). Совершенствуют ловлю мяча двумя руками (с последующим ведением и остановкой). Выполнение ведения мяча на месте и в движении.	Выполняют стойку баскетболиста (после показа и инструкции учителя). Выполняют ведение мяча в движении (ориентируясь на образец выполнения обучающимися 2 группы). Выполняют остановки по сигналу учителя, выполняют повороты на месте с мячом в руках, передают и ловят мяч двумя руками от груди в парах на месте (по показу учителя). Ведут мяч одной рукой на месте и в движении шагом (по инструкции учителя), ориентируясь на образец выполнения обучающимися более сильной группы.	Выполняют стойку баскетболиста. Выполняют ведение мяча в движении. Выполняют остановки по сигналу учителя, выполняют повороты на месте с мячом в руках, передают и ловят мяч двумя руками от груди в парах (по показу учителя). Ведут мяч одной рукой на месте и в движении шагом (по инструкции учителя).
11	Ведение мяча с обводкой препятствий	1	Совершенствование техники ведения мяча. Выполнение передвижений без мяча, остановку шагом. Выполнение ведения мяча с обводкой условных противников. Выполнение передачи мяча двумя руками от груди в парах с продвижением вперед.	Выполняют технику ведения мяча после неоднократного показа учителем и ориентируюсь образец выполнения обучающимися более сильной группы. Выполняют передвижение без мяча, остановку шагом. Выполняют ведение мяча с обводкой условных противников. Выполняют передачу мяча двумя руками от груди в парах с продвижением вперед.	Выполняют технику ведения мяча после показа учителя. Выполняют передвижение без мяча, остановку шагом. Выполняют ведение мяча с обводкой условных противников Выполняют передачу мяча двумя руками от груди в парах с продвижением вперед.

12	Бросок мяча по корзине с низу двумя руками и от груди с места.	1	Совершенствование техники броска мяча по корзине различными способами. Выполнение бросков по корзине двумя руками снизу и от груди с места, демонстрирование элементов техники игры в баскетбол. Выполнение передачи мяча двумя и одной рукой в парах, тройках (в движении).	Выполняют технику броска мяча по корзине двумя руками снизу и от груди с места. Выполняют передачи мяча с продвижением вперед двумя руками и бросают мяч в корзину двумя руками с низу и от груди с места (по инструкции учителя), ориентируюсь на образец выполнения обучающимися более сильной группы.	Выполняют технику броска мяча по корзине двумя руками снизу и от груди с места. Выполняют передачи мяча двумя и одной рукой в парах, тройках, с продвижением вперед и бросают мяч в корзину двумя руками снизу и от груди с места (по инструкции учителя).
13	Основные элементы техники перемещения по баскетбольной площадке Учебная игра (по упрощенным правилам).	1	Выполнение упражнений с набивными мячами: броски мяча с близкого расстояния, с разных позиций и расстояния. Ведение мяча с передачей, с последующим броском в кольцо. Учебная игра (по упрощенным правилам).	Выполняют упражнения с набивными мячами. Ведут, бросают, подбирают мяч в процессе учебной игры (при необходимости с помощью учителя).	Выполняют упражнения с набивными мячами. Ведут, бросают, подбирают мяч в процессе учебной игры.
14	Волейбол. Правила игры, судейство, наказания за нарушение правил игры	1	Беседа по технике безопасности на занятиях спортивными играми. Беседа об основных средствах и правилах закаливания организма. Освоение простейших правил игры в волейбол, знакомство с правилами судейства, наказания при нарушении правил игры.	Принимают участие в беседе, отвечают на вопросы учителя. Осваивают простейшие правила игры в волейбол, запоминают названия наказаний при нарушении игры. Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев (по показу и инструкции учителя).	Принимают участие в беседе, отвечают на вопросы учителя. Рассказывают о пользе закаливания. Осваивают простейшие правила игры в волейбол, запоминают названия наказаний при нарушении игры.

			Выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев.		Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев.
15	Стойка волейболиста. Перемещения на площадке, передача мяча	1	Совершенствование основной стойки волейболиста. Передачи мяча сверху и снизу. Выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев. Перемещение игроков на площадке. Выполнение приема и передачи мяча двумя руками у стены и в парах.	Выполняют основную стойку волейболиста (после неоднократного показа учителя), ориентируясь на выполнение стойки обучающимися из более сильной группы. Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев (по показу и инструкции учителя). Выполняют перемещения на площадке (с помощью учителя). Выполняют прием и передачу мяча двумя руками у стены и в парах (при необходимости с помощью учителя).	Выполняют основную стойку волейболиста (после показа учителя). Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев. Тренируют передачи мяча сверху и снизу. Выполняют прием и передачу мяча двумя руками у стены и в парах.
16	Нижняя прямая подача в волейболе	1	Способы подачи мяча в волейболе. Совершенствование техники нижней прямой подачи. Совершенствование стойки во время выполнения нижней прямой подачи.	Смотрят показ техники правильного выполнения нижней прямой подачи и слушают объяснение учителя. Выполняют стойку во время нижней прямой подачи (по инструкции и показу учителя). Выполнение нижней прямой подачи (по инструкции учителя) и ориентируясь на образец выполнения обучающимися из более сильной группы.	Смотрят показ техники правильного выполнения нижней прямой подачи и слушают объяснение учителя. Выполняют технику нижней прямой подачи (по инструкции учителя). Выполняют стойку во время нижней прямой подачи.
17-18	Прыжки в волейболе. Учебная игра в волейбол	2	Прыжки с места. Прыжки с разбега в высоту и длину (2-3 серии прыжков).	Выполняют прыжки (с помощью учителя) Выполняют переход по площадке (под контролем и по инструкции учителя).	Выполняют прыжки на площадке и у сетки. Выполняют переход по площадке.

			Сочетание работы рук, ног в прыжках у сетки. Переход игроков на площадке при игре в волейбол. Выполнение игровых действий.	Принимают участие в учебной игре.	Принимают участие в учебной игре.
Гимнастика					
19	Перестроение из колонны по одному в колонну по два (на месте).	1	Выполнение строевых действий согласно расчету и команде. Освоение перестроения из колонны по одному в колонну по два (на месте). Тренировочные упражнения: сочетание ходьбы и бега в колонне. Выполнение упражнений со скакалкой. Выполнение прыжков через скакалку на месте в равномерном темпе.	Выполняют строевые действия под щадящий счёт. Сочетают ходьбу и бег в колонне. Выполняют упражнения со скакалкой (по инструкции и показу учителя). Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе (на двух ногах произвольным способом).	Выполняют строевые действия. Сочетают ходьбу и бег в колонне. Выполняют упражнения со скакалкой (по инструкции учителя). Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе.
20	Повороты направо, налево, кругом (переступанием). Упражнения на равновесие	1	Выполнение перестроений на месте. Прыжки через скакалку на одной, двух ногах. Ориентирование в пространстве, сохранение равновесия при движении по скамейке.	Выполняют строевые действия под щадящий счёт. Выполняют перестроение из колонны по одному в колонну по два (на месте). Выполняют ходьбу по гимнастической скамейке с различными положениями рук.	Выполняют строевые действия. Выполняют перестроение из колонны по одному в колонну по два (на месте). Выполняют ходьбу по гимнастической скамейке (с различными положениями рук).

				Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе (на двух ногах, произвольным способом).	Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе (на двух ногах, на одной ноге, произвольным способом).
21	Упражнения на преодоление сопротивления	1	Выполнение строевых действий и команд. Тренировочные упражнения на изменение скорости передвижения при ходьбе/беге. Выполнение упражнений на преодоление сопротивления.	Выполняют строевые команды и действия под щадящий счёт. Изменяют скорость передвижения при ходьбе/беге. Выполняют упражнения на преодоление сопротивления (под контролем и с помощью учителя).	Выполняют строевые команды и действия. Изменяют скорость передвижения при ходьбе/беге. Выполняют упражнения на преодоление сопротивления.
22	Упражнения на развитие ориентации в пространстве	1	Выполнение ходьбы «змейкой», «противоходом». Выполнение упражнений со сложенной скакалкой в различных исходных положениях, прыжки через скакалку (на двух ногах и на одной ноге).	Выполняют ходьбу «змейкой», «противоходом». Выполняют комплекс упражнений со скакалкой (по инструкции и показу учителя). Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе (на двух ногах произвольным способом).	Выполняют ходьбу «змейкой», «противоходом». Выполняют комплекс упражнений со скакалкой (по инструкции учителя). Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе (на двух ногах, на одной ноге, произвольным способом).
23	Упражнения на укрепление мышц туловища, рук и ног.	1	Выполнение фигурной маршировки. Выполнение упражнений на укрепление мышц туловища, рук и ног.	Выполняют фигурную маршировку за другим учащимся, ориентируясь на образец выполнения впереди идущего одноклассника. Выполняют упражнения на укрепление мышц туловища, рук и ног (с дифференцированной помощью учителя).	Выполняют фигурную маршировку. Выполняют упражнения на укрепление мышц туловища, рук и ног (по инструкции учителя).

24	Упражнения с элементами единоборств	1	Выполнение упражнений с элементами единоборств. Сохранение равновесия при движении по скамейке.	Выполняют комплекс упражнений с элементами единоборств (3-5 упражнений). Выполняют упражнения на равновесие на скамейке: повороты с различными движениями рук, с хлопками под ногой, повороты на носках и др. (при необходимости с помощью учителя).	Выполняют комплекс упражнений с элементами единоборств. Выполняют упражнения на равновесие на скамейке: повороты с различными движениями рук, с хлопками под ногой, повороты на носках и др.
25	Упражнения с гимнастическими палками	1	Согласование движения палки с движениями туловища, ног. Составление и выполнение комбинации упражнений на скамейке.	Выполняют 4-6 упражнений с гимнастической палкой. Выполняют доступные упражнения на равновесие (под контролем учителя, а при необходимости с помощью учителя).	Выполняют упражнения с гимнастической палкой. Составляют и демонстрируют комбинацию упражнений на скамейке (под контролем учителя)
26 - 27	Опорный прыжок	2	Выполнение прыжков через козла, коня. Преодоление нескольких препятствий различными способами.	Выполняют наскок в стойку на коленях на коня, козла. Преодолевают несколько препятствий с помощью учителя.	Выполняют опорный прыжок ноги врозь через козла, коня (с помощью учителя). Преодолевают несколько препятствий.
28	Упражнения для формирования правильной осанки	1	Переноска 2- 3 набивных мячей (общим весом до 7-8 кг). Выполнение прыжка согнув ноги через козла, коня. Переноска гимнастического коня и козла, матов на расстояние до 15 м.	Переносят 1- 2 набивных мяча (общим весом до 5-6 кг). Выполняют наскок на козла, коня в стойку на коленях. Переносят гимнастического коня, козла, маты на расстояние до 10 м.	Выполняют опорный прыжок ноги врозь через козла, коня (с помощью учителя). Переносят 2- 3 набивных мяча (общим весом до 7-8 кг). Переносят гимнастического коня и козла, маты на расстояние до 15 м.

29	Упражнения со скакалкой	1	Выполнение упражнений со скакалкой. Выполнение прыжковых упражнений.	Выполняют упражнения со скакалкой (по инструкции и показу учителя). Выполняют прыжковые упражнения (под контролем учителя).	Выполняют упражнения со скакалкой (по показу и инструкции учителя). Выполняют прыжковые упражнения (по инструкции учителя).
30	Упражнения с гантелями	1	Выполнение упражнений с гантелями. Выполнение прыжковых упражнений.	Выполняют упражнения с гантелями (под контролем учителя, после показа учителя). Выполняют прыжковые упражнения (по инструкции учителя, с дифференцированной помощью учителя).	Выполняют упражнения с гантелями (под контролем учителя, после показа учителя). Выполняют прыжковые упражнения (по инструкции учителя).
31-32	Упражнения для развития пространственно- временной дифференцировки и точности движений.	2	Выполнение построения в колонну по два, соблюдая заданное расстояние. Выполнение прыжка в длину с места. Передача набивного мяча сидя, стоя из одной руки в другую над головой.	Выполняют построение в колонну по два, соблюдая заданное расстояние (по ориентирам). Прыгают в длину с места на заданное расстояние с предварительной отметки. Передают набивной мяч сидя, стоя из одной руки в другую над головой.	Выполняют построение в колонну по два, соблюдая заданное расстояние. Прыгают в длину с места на заданное расстояние без предварительной отметки. Передают набивной мяч сидя, стоя из одной руки в другую над головой.
Лыжная подготовка					
33	Техника безопасности и правила поведения на уроках лыжной подготовки. Совершенствование одновременного бесшажного хода.	1	Беседа о правилах обращения с лыжным инвентарем и техники безопасности на занятиях лыжной подготовкой. Выполнение строевых действий с лыжами.	Принимают участие в беседе по технике безопасности. Смотрят показ с объяснением безопасного передвижения с лыжами под рукой и на плече.	Принимают участие в беседе по технике безопасности, отвечают на вопросы учителя о правилах обращения с лыжным инвентарем..

			Беседа о технике безопасности во время передвижений с лыжами под рукой и на плече. Передвижение скользящим шагом по лыжне. Освоение техники одновременного бесшажного хода.	Совершенствуют технику выполнения строевых команд и приемов. Смотрят показ с объяснением техники одновременного бесшажного хода и выполняют передвижение на лыжах.	Смотрят показ с объяснением безопасного передвижения с лыжами под рукой и на плече. Совершенствуют технику выполнения строевых команд и приемов. Смотрят показ с объяснением техники одновременного бесшажного хода и выполняют передвижение на лыжах.
34-35	Одновременный двухшажный ход.	2	Совершенствование техники одновременного бесшажного хода на лыжах. Передвижение одновременным бесшажным ходом. Освоение техники одновременного двухшажного хода.	Передвигаются по лыжне одновременным бесшажным ходом. Смотрят показ с объяснением техники одновременного двухшажного хода и выполняют передвижение на лыжах. Передвигаются попеременным двухшажным ходом.	Передвигаются по лыжне одновременным бесшажным ходом. Смотрят показ с объяснением техники одновременного двухшажного хода и выполняют передвижение на лыжах. Передвигаются попеременным двухшажным ходом. .
36-37	Поворот махом на месте	2	Выполнение поворота махом на лыжах. Передвижение одновременным двухшажным ходом и одновременным бесшажным ходом.	Выполняют поворот махом на месте на лыжах (по инструкции и показу учителя). Передвигаются одновременным двухшажным ходом и одновременным бесшажным ходом.	Выполняют поворот махом на месте на лыжах по инструкции и показу учителя). Выполняют передвижение на лыжах изученными ходами.
38-39	Комбинированное торможение лыжами и палками	2	Освоение способа торможения на лыжах.	Смотрят показ с объяснением техники выполнения торможения.	Смотрят показ с объяснение техники выполнения торможения.

			Передвижение попеременным и одновременным двухшажным ходом.	Осваивают комбинированное торможение лыжами и палками Передвигаются одновременным двухшажным ходом и одновременным бесшажным ходом.	Выполняют комбинированное торможение лыжами и палками. Выполняют передвижение на лыжах изученными ходами.
40	Обучение правильному падению при прохождении спусков	1	Выполнение способа торможения на лыжах. Освоение техники падения на бок.	Осваивают комбинированное торможение лыжами и палками. Смотрят показ с объяснением техники правильного падения при прохождении спусков. Выполняют спуск в средней стойке.	Выполняют комбинированное торможение лыжами и палками. Выполняют подъем «лесенкой», «ёлочкой», имитируют и тренируют падение при прохождении спусков.
41-42	Передвижение в быстром темпе на отрезках 40-60 м	2	Тренировочные упражнения на комбинированное торможение. Прохождение на лыжах отрезков на скорость.	Осваивают комбинированное торможение лыжами и палками. Передвигаются в быстром темпе на отрезке от 30- 40 м.	Выполняют комбинированное торможение лыжами и палками. Передвигаются в быстром темпе на отрезке от 40- 60 м.
43-44.	Передвижение в быстром темпе по кругу (100-150 м)	2	Выполнение поворота махом на лыжах. Передвижение в быстром темпе по кругу.	Выполняют поворот махом на месте (по инструкции и показу учителя). Проходят на скорость отрезок на время от 100- 150 м (девочки- 1 раз, мальчики- 2 раза).	Выполняют поворот махом на месте. Проходят на скорость отрезок на время от 100- 150 м (девочки- 3-5 раз, мальчики- 5-7 раз).
45	Игры на лыжах: «Пятнашки», «Самый меткий»	1	Совершенствование техники передвижения без палок. Подвижные игры на лыжах.	Принимают участие в играх.	Принимают участие в играх.
46	Игры на лыжах: «Переставь флажок», «Попади в круг», «Кто быстрее», «Следи за сигналом»	1	Совершенствование техники передвижения на лыжах.	Принимают участие в играх.	Принимают участие в играх.

47	Прохождение на лыжах за урок от 1,5 км	2	Прохождение дистанции на лыжах.	Проходят дистанцию (без учета времени) до 1 км.	Проходят дистанцию (без учета времени0 1,5 км.
Спортивные игры					
49	Инструктаж по технике безопасности при участии в спортивных играх. Техника отбивания мяча то одной, то другой стороной ракетки	1	Беседа по технике безопасности, санитарно-гигиенические требования к занятиям спортивными играми. Жонглирование теннисным мячом, выполнение приема и передачи мяча	Принимают участие в беседе отвечают на вопросы учителя. Выполняют прием и передачу мяча теннисной ракеткой.	Принимают участие в беседе, рассказывают правила техники безопасности при участии в спортивных играх. Выполняют прием и передачу мяча теннисной ракеткой.
50	Правильная стойка теннисиста, техника короткой и длинной подачи мяча	1	Определение названия подачи. Выполнение подачи мяча, принимая правильное исходное положение.	Выполняют правильную стойку теннисиста и подачу мяча. Дифференцируют разновидности подач (с помощью учителя).	Выполняют правильную стойку теннисиста и подачу мяча. Дифференцируют разновидности подач.
51	Техника отбивания мяча над столом, за ним и дальше от него	1	Повторение техники отбивания мяча. Выполнение правильной стойки теннисиста.	Осваивают стойку теннисиста. Выполняют отбивание мяча.	Принимают правильную стойку теннисиста. Выполняют отбивание мяча.
52	Правила соревнований по настольному теннису. Учебная игра в настольный теннис	1	Ознакомление с правилами соревнований по настольному теннису. Одиночная игра. Концентрирование внимания во время игры.	Смотрят видеоматериал по теме «Правила соревнований по настольному теннису», отвечают на вопросы учителя по содержанию. Играют в одиночную игру.	Смотрят видеоматериал по теме «Правила соревнований по настольному теннису», отвечают на вопросы учителя по содержанию. Играют в одиночную игру.

53	Волейбол. Нижняя прямая подача.		Совершенствование техники нижней прямой подачи. Совершенствование стойки во время выполнения нижней прямой подачи. Выполнение нижней прямой подачи.	Смотрят показ с объяснением техники выполнения нижней прямой подачи. Осваивают технику нижней прямой подачи (по инструкции учителя и по показу учителя). Выполняют стойку во время нижней прямой подачи (по показу учителя). Выполнение нижней прямой подачи (по инструкции учителя) и ориентируясь на образец выполнения обучающимися из более сильной группы.	Смотрят показ с объяснением техники выполнения нижней прямой подачи. Принимают правильную стойку во время нижней прямой подачи. Выполняют нижнюю прямую подачу (по инструкции учителя).
54	Передача мяча сверху и снизу двумя руками после перемещений	1	Совершенствование техники выполнения передачи мяча сверху и снизу двумя руками после перемещений.	Принимают и передают мяч сверху и снизу в парах на месте.	Принимают и передают мяч сверху и снизу в парах после перемещений.
55	Прием и передача мяча сверху и снизу	1	Выполнение приема и передачи мяча над собой сверху и снизу.	Выполняют прием и передачу мяча над собой сверху и снизу.	Выполняют прием и передачу мяча над собой сверху и снизу.
56	Прыжки в высоту и длину. Учебная игра в волейбол.	1	Сочетание работы рук, ног в прыжках у сетки. Закрепление правил перехода по площадке. Выполнение игровых действий.	Прыгают вверх с места и с шага, у сетки (1-2 серии прыжков за урок). Выполняют переход по площадке, играют в учебную игру (под контролем и с помощью учителя).	Прыгают вверх с места и с шага, у сетки. Выполняют переход по площадке. Принимают участие в учебной игре.
Легкая атлетика					
57	Бег на скорость (до 60 м)	1	Выполнение ходьбы группами наперегонки. Выполнение перепрыгивании через набивные мячи.	Выполняют ходьбу группами наперегонки. Перепрыгивают через набивные мячи (расстояние 80-100 см, длина 4 метра).	Выполняют эстафетный бег (по кругу 60 м) с правильной передачей эстафетной палочки.

			Бег с высокого старта. Метание мяча в пол на дальность отскока.	Выполняют бег с высокого старта. Выполняют метание мяча в пол на дальность отскока.	Перепрыгивают через набивные мячи (расстояние 80-100см, длина 5 метров). Выполняют бег с низкого старта, стартовый разбега и старта из различных исходных положений. Метают мяч в пол на дальность отскока.
58	Бег на среднюю дистанцию (400 м).	1	Выполнение ходьбы на отрезках от 100 до 200 м. Бега на среднюю дистанцию. Метание малого мяча на дальность с места (коридор 10 м).	Проходят отрезки от 100 до 200 м. Выполняют кроссовый бег на дистанцию 200 м. Метают малый мяч на дальность с места (коридор 10 м).	Проходят отрезки от 100 до 200 м. Выполняют кроссовый бег на дистанцию 400 м. Метают малый мяч на дальность с 3 шагов разбега (коридор 10 м).
59-60	Прыжок в длину с полного разбега	2	Выполнение бега 60 м с ускорением и на время. Выполнение упражнений в подборе разбега для прыжков в длину. Прыжок в длину с полного разбега Метание на дальность из-за головы через плечо с 4-6 шагов разбега.	Бегут 60 м с ускорением и на время. Выполняют прыжок в длину с 3-5 шагов разбега. Метают на дальность из-за головы через плечо с 4-6 шагов разбега.	Бегут 60 м с ускорением и на время. Выполняют прыжок в длину с полного разбега. Метают на дальность из-за головы через плечо с 4-6 шагов разбега.
61	Толкание набивного мяча весом до 2-3 кг с места на дальность	1	Выполнение упражнений в подборе разбега для прыжков в длину. Прыжок в длину с полного разбега.	Выполняют прыжок в длину с 3-5 шагов разбега. Смотрят показ с объяснением техники толкания набивного мяча весом до 2 кг. Толкают набивной мяч.	Выполняют прыжок в длину с полного разбега. Смотрят показ с объяснением техники толкания набивного мяча весом до 2 кг.

			Толкание набивного мяча на дальность.		Толкают набивной мяч весом до 3 кг.
62-63	Метание теннисного мяча на дальность с полного разбега по коридору 10 м	2	Выполнение бега на дистанции 40 м (3-6 раз за урок), на 60 м – (3 раза). Выполнение упражнений в подборе разбега для прыжков в длину. Метание теннисного мяча на дальность с полного разбега по коридору 10 м.	Выполнение бега на дистанции 40 м (2-4 раза) за урок, на 60м – 1 раз. Выполняют прыжок в длину с 3-5 шагов разбега. Выполняют метание теннисного мяча на дальность с места (коридор 10 м).	Выполнение бега на дистанции 40 м (3-6 раза) за урок, на 60м – 3 раза. Выполняют прыжок в длину с полного разбега. Выполняют метание теннисного мяча на дальность с полного разбега (коридор 10 м).
64-65	Ходьба на скорость 15-20 мин. в различном темпе с изменением шага.	2	Ходьба на скорость 15-20 мин. в различном темпе с изменением шага. Метание мяча с полного разбега на дальность в коридор 10 м.	Идут на скорость 10-15 мин. в различном темпе с изменением шага. Осваивают метание малого мяча на дальность с места (коридор 10 м).	Идут на скорость 15-20 мин. в различном темпе с изменением шага. Выполняют метание малого мяча на дальность с места (коридор 10 м).
66-67	Эстафета 4*60 м.	2	Выполнение беговых упражнений. Техника передачи эстафетной палочки. Выполнение эстафетного бега.	Демонстрируют выполнение беговых упражнений. Тренируются передавать эстафетную палочку. Выполняют эстафетный бег с этапами до 30 м.	Выполняют беговые упражнения. Тренируются передавать эстафетную палочку. Участвуют в эстафете (4*60 м).
68	Кросс (дистанция 1500-2000 м)	1	Выполнение беговых упражнений. Закрепление тактики бега на длинной дистанции.	Демонстрируют выполнение беговых упражнений. Бегут кросс на дистанцию 1500 м.	Выполняют беговые упражнения. Бегут кросс на дистанцию 2000 м.

V. ТЕХНОЛОГИЧЕСКОЕ И МЕТОДИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

Урок 1

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	6		
Материально-техническое обеспечение	Шведская стенка, гимнастические скамейки, маты, мячи для метания		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Инструктаж по техники безопасности на уроках легкой атлетики. Ходьба в различном темпе с выполнением заданий учителя		
Цель	Закрепление правил поведения и техники безопасности на уроках адаптивной физической культуры		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить с основными требованиями к уроку по адаптивной физической культуре, закрепить построение парами, учить технически правильно преодолевать препятствия.Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений.Коррекционно- воспитательные: развивать навыки сотрудничества и самостоятельности при выполнении заданий		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Сдача рапорта. Приветствие	Строятся в шеренгу. Дежурный сдает рапорт. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Беседа о правилах техники безопасности на занятиях легкой атлетикой	Присаживаются на гимнастическую скамейку. Слушают инструктаж и отвечают односложно на вопросы учителя	Самостоятельно находят себе место на скамейке. Слушают инструктаж и отвечают на вопросы учителя

3. Открытие новых знаний	Выполнение упражнений в ходьбе в определенном темпе с выполнением заданий	Слушают инструктаж о правилах поведения на уроках легкой атлетики.Выполняют ходьбу с заданиями по инструкции учителя	Слушают инструктаж о правилах поведения на уроках легкой атлетики.Выполняют ходьбу с заданиями
4. Первичное закрепление материала	Преодоление полосы препятствий	Выполняют бег с преодолением препятствий (высота 10-30 см)	Выполняют бег с преодолением препятствий (высота 30-40 см)
5. Включение в систему знаний и повторение	Метание мяча в вертикальную цель	Выполняют метание мяча в вертикальную цель	Выполняют метание мяча в вертикальную цель
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторить общие правила по технике безопасности и санитарно-гигиенические требования (карточка)	Совместно с родителем выполняют домашнее задание	Самостоятельно выполняют домашнее задание
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 2

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Значение ходьбы для укрепления здоровья человека. Продолжительная ходьба 10-15 мин в различном темпе

Цель	Совершенствование техники ходьбы		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить метание мяча в вертикальную цель, учить выполнять ходьбу в различном темп, продолжить обучение прыжкам через скакалку.Коррекционно- развивающие: развивать чувство ритма, ловкость, координационные способности, умение согласовывать движения в ходьбе.Коррекционно- воспитательные: воспитывать сотрудничество, мотивы здорового образа жизни, доброжелательность и эмоционально-нравственную отзывчивость		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Определение оптимального двигательного режима для своего возраста, его виды	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Просматривают презентацию «Значение ходьбы для укрепления здоровья человека»	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Просматривают презентацию «Значение ходьбы для укрепления здоровья человека»
3. Открытие новых знаний	Выполнение продолжительной ходьбы в различном темпе, сохраняя правильное положение тела в движении	Идут продолжительной ходьбой 10 мин	Идут продолжительной ходьбой 15 мин
4. Первичное закрепление материала	Метание мяча в вертикальную цель	Выполняют метание мяча в вертикальную цель	Выполняют метание мяча в вертикальную цель
5. Включение в систему знаний и повторение	Выполнение прыжков через скакалку	Выполняют прыжки через скакалку на месте в равномерном темпе	Выполняют прыжки через скакалку на месте в равномерном темпе
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ходьба на носках, на пятках	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение

7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 3

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	6		
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Бег в равномерном темпе до 5 мин		
Цель	Развитие скоростно- силовой выносливости		
Задачи	Коррекционно- образовательные: продолжить обучение техники прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание», разучить прыжковые упражнения, закрепление ходьбы с выполнением заданий.Коррекционно- развивающие: развивать выносливость.Коррекционно- воспитательные: воспитывать сотрудничество, мотивы здорового образа жизни, доброжелательность и эмоционально-нравственную отзывчивость		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение ходьбы с заданиями	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют ходьбу с заданиями	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют ходьбу с заданиями
3. Открытие новых знаний	Выполнение прыжковых упражнений	Выполняют бег с переменной скоростью до 4 мин	Выполняют бег с переменной скоростью до 5 мин
4. Первичное закрепление материала	Выполнение бега легко и свободно, не задерживая дыхание	Выполняют прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание»	Выполняют прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание»
5. Включение в систему знаний и повторение	Выполнение прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание»	Выполняют прыжки через скакалку на месте в равномерном темпе	Выполняют прыжки через скакалку на месте в равномерном темпе
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: Прыжки вверх на месте с поворотом на 90°, 180°, 360° - 18р (м), 15р (д)	Выполняют двигательное упражнение 8 (м) ,6 (д) раз с поворотом на 90°	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения	Называют три момента, которые у них получились хорошо в процессе урока, и предлагают одно действие, которое улучшит их работу на следующем уроке

Урок 4

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6

Материально-техническое обеспечение	Ориентиры		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Запрыгивание на препятствие высотой до 40 - 50 см		
Цель	**Содействие формированию правильной осанки, координации движений и укреплению всех мышечных групп**		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику запрыгивания на препятствия, повторить беговые упражнения, закреплять навык метания мяча одной рукой через плечо.Коррекционно- развивающие: развивать прыгучесть, координацию движений.Коррекционно- воспитательные: воспитывать целеустремленность, уверенность в своих силах		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение беговых упражнений	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют беговые упражнения на коротком отрезке	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют беговые упражнения на коротком отрезке
3. Открытие новых знаний	Выполнение бега на отрезке с ускорением 30 м	Выполняют бег на отрезке с ускорением 30 м	Выполняют бег на отрезке с ускорением 30 м
4. Первичное закрепление материала	Выполнение запрыгивания на препятствие	Запрыгивают и спрыгивают с препятствия до 50 см	Запрыгивают на препятствие высотой 60 см

5. Включение в систему знаний и повторение	Выполнение метания мяча на дальность из-за головы через плечо	Выполняют метания мяча на дальность из-за головы через плечо с места	Выполняют метания мяча на дальность из-за головы через плечо с 4-6 шагов с разбега
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: сгибание и разгибание рук в упоре стоя. - 2х17 (м) 2х14 (д)	Выполняют двигательное упражнение 6 (м) ,4 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Учащиеся оценивают вклад друг друга в урок и благодарят друг друга за проведённый урок, за труд	Учащиеся оценивают вклад друг друга в урок и благодарят друг друга за проведённый урок, за труд

Урок 5

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, секундомер
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Бег на отрезках до 30 м. Беговые упражнения
Цель	Развитие умений и навыков выполнять упражнения в соревновательной форме
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать умение бежать с низкого старта, самостоятельно выполнять специальные беговые упражнения, закреплять навык метания малого мяча.Коррекционно- развивающие: развивать быстроту.Коррекционно-воспитательные: формировать интерес к занятиям физической культурой, чувства ответственности, дисциплинированности, организованности и самостоятельности
Этапы урока	Содержание деятельности

	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение беговых упражнений	Демонстрируют выполнение домашнего заданияВыполняют 2-3 упражнения	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют беговые упражнения
3. Открытие новых знаний	Выполнение бега на отрезке с ускорением 30 м	Выполняют бег на отрезке с ускорением 30 м.	Выполняют бег на отрезке с ускорением 30 м.
4. Первичное закрепление материала	Выполнение запрыгивания на препятствие	Запрыгивают и спрыгивают с препятствия до 50 см	Запрыгивают на препятствие высотой 60 см
5. Включение в систему знаний и повторение	Выполнение метания мяча на дальность из-за головы через плечо на дальность	Выполняют метания мяча на дальность из-за головы через плечо с места	Выполняют метания мяча на дальность из-за головы через плечо с 4-6 шагов с разбега
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: сгибание и разгибание рук в упоре стоя. - 2х17 (м) 2х14 (д)	Выполняют двигательное упражнение 6 (м) ,4 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Учащиеся оценивают вклад друг друга в урок и благодарят друг друга за проведённый урок, за труд	Учащиеся оценивают вклад друг друга в урок и благодарят друг друга за проведённый урок, за труд

Урок 6

Предмет	Адаптивная физическая культура

Класс	6		
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, набивной мяч весом 1 кг, секундомер		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Метание набивного мяча 1 кг двумя руками снизу, из-за головы, через голову		
Цель	Развитие двигательных качеств посредством метания набивного мяча		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику метания набивного мяча, повторить беговые упражнения, закрепить технику бега на короткой дистанции.Коррекционно- развивающие: развивать двигательные качества — ловкость, быстроту, координацию.Коррекционно- воспитательные: формировать интерес к занятиям физической культурой, чувства ответственности, дисциплинированности, организованности и самостоятельности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания	Демонстрируют выполнение домашнего задания	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют специально-беговые упражнения
3. Открытие новых знаний	Выполнение беговых упражнений	Выполняют специально-беговые упражнения	Выполняют специально-беговые упражнения

4. Первичное закрепление материала	Выполнение бега 60 м с ускорением и на время.	Выполняют бег на отрезке с ускорением 40 м.	Бегут 60 м с ускорением и на время.
5. Включение в систему знаний и повторение	Выполнение броска набивного мяча, согласовывая движения рук и туловища	Бросают набивной мяч из положения сидя (весом 1 кг)	Бросают набивной мяч из различных исходных положений (весом 1 кг)
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: сгибание и разгибание рук в упоре стоя. - 2х17 (м) 2х14 (д)	Выполняют двигательное упражнение 8 (м) ,6 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 7

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, набивной мяч весом 1 кг, секундомер
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Бег на короткую дистанцию 60 м с низкого старта
Цель	Развитие двигательных качеств посредством бега на короткую дистанцию
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику низкого старта, повторить специально- беговые упражнения, закрепить броски набивного мяча.Коррекционно- развивающие: развивать двигательные качества — быстроту, координацию.Коррекционно-воспитательные: формировать интерес к занятиям физической культурой, чувства ответственности, дисциплинированности, организованности и самостоятельности

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение беговых упражнений	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют специально-беговые упражнения	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют специально-беговые упражнения.
3. Открытие новых знаний	Выполнение бега 60 м с ускорением и на время.	Выполняют бег на отрезке с ускорением 40 м.	Бегут 60 м с ускорением и на время.
4. Первичное закрепление материала	Выполнение броска набивного мяча, согласовывая движения рук и туловища	Бросают набивной мяч из положения сидя (весом 1 кг)	Бросают набивной мяч из различных исходных положений (весом 1 кг)
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выпрыгивание из глубокого приседа - 15р (м), 10р (д)	Выполняют двигательное упражнение 6 (м) ,4 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 8

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6

Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, мячи для метания, секундомер		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Бег на средние дистанции (300 м)		
Цель	Развитие скоростной выносливости		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику бега на среднюю дистанцию, повторить технику беговых упражнений, закрепить технику метания мяча.Коррекционно- развивающие: развивать **способность чувствовать темп бега.**Коррекционно-воспитательные: формировать интерес к занятиям физической культурой, чувства ответственности, дисциплинированности, организованности и самостоятельности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение беговых упражнений	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют специально-беговые упражнения	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют специально-беговые упражнения.
3. Открытие новых знаний	Выполнение бега на средние дистанции, распределяя свои силы в беге на дистанции	Выполняют кроссовый бег до 300 м (допускается смешанное передвижение)	Выполняют кроссовый бег до 150 м (девочки), на дистанцию 300 м (мальчики)
4. Первичное закрепление материала	Метание мяча на дальность	Метают мяча на дальность	Метают мяча на дальность

5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выпрыгивание из глубокого приседа - 15р (м), 10р (д)	Выполняют двигательное упражнение 6 (м) ,4 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 9

<table>
<tr><td>Предмет</td><td colspan="3">Адаптивная физическая культура</td></tr>
<tr><td>Класс</td><td colspan="3">6</td></tr>
<tr><td>Материально-техническое обеспечение</td><td colspan="3">Ориентиры, баскетбольные мячи, свисток</td></tr>
<tr><td>Тип урока</td><td colspan="3">Урок открытия новых знаний</td></tr>
<tr><td>Тема</td><td colspan="3">Инструктаж по технике безопасности на уроках спортивных играх.Баскетбол. Правила игры в баскетбол, права и обязанности игроков, правила судейства предупреждение травматизма.</td></tr>
<tr><td>Цель</td><td colspan="3">Создание представления о занятиях баскетболом, обеспечение предупреждение травматизма во время занятий</td></tr>
<tr><td>Задачи</td><td colspan="3">Коррекционно- образовательные: освоить технику выполнения стойки игрока в баскетболе, познакомить с простейшими правилами игры, разучить подвижную игру.Коррекционно- развивающие: развивать ловкость и координацию движенийКоррекционно-воспитательные: формировать сознательную дисциплину при выполнении заданий игровой направленности</td></tr>
<tr><td rowspan="3">Этапы урока</td><td colspan="3">Содержание деятельности</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Деятельность учителя</td><td colspan="2">Деятельность обучающихся</td></tr>
<tr><td>Минимальный уровень</td><td>Достаточный уровень</td></tr>
</table>

1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания.Беседа по технике безопасности, санитарно-гигиенические требования к занятиям баскетболом, права и обязанности игроков на площадке, предупреждение травматизма	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу, с опорой на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорных поощрений)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Отвечают на вопросы по прослушанному материалу.Осваивают правила игры
3. Открытие новых знаний	Освоение простейших правилами игры, правилами судейства, наказаниями при нарушениях правил игры	Слушают простейших правилами игры	Слушают простейших правилами игры
4. Первичное закрепление материала	Подвижная игра с броскими и передачей мяча	Участвуют в подвижной игре по инструкции учителя	Участвуют в подвижной игре по инструкции учителя
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выпрыгивание из глубокого приседа - 15р (м), 10р (д)	Выполняют двигательное упражнение 6 (м) ,4 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 10

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, баскетбольные мячи, свисток

Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Стойка баскетболиста. Передача мяча двумя руками от груди в парах с продвижением вперед		
Цель	Создание представления о технике выполнения стойки и перемещений в баскетболе, обеспечение предупреждение травматизма во время занятий		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить технику выполнения стойки, познакомить с перемещениями игрока в баскетболе.Коррекционно- развивающие: развивать координацию движенийКоррекционно- воспитательные: формировать сознательную дисциплину при выполнении заданий игровой направленности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания.Совершенствование стойки баскетболиста	Выполняют стойку баскетболиста после показа и инструкции учителя	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют стойку баскетболиста
3. Открытие новых знаний	Выполнение передачи мяча двумя руками от груди с шагом навстречу друг другу.Ловля мяча двумя руками с последующим ведением и остановкой	Выполняют ведение мяча в движении ориентируясь на образец выполнения обучающимися 2 группы. Выполняют остановки по сигналу учителя, выполняют повороты на месте с мячом в руках, передают и ловят мяч двумя руками от груди в парах на месте (на основе образца учителя).	Выполняют ведение мяча в движении. Выполняют остановки по сигналу учителя, выполняют повороты на месте с мячом в руках, передают и ловят мяч двумя руками от груди в парах (на основе образца учителя)

4. Первичное закрепление материала	Выполнение ведения мяча на месте и в движении	Ведут мяч одной рукой на месте и в движении шагом, после инструкции учителя, ориентируясь на образец выполнения обучающимися более сильной группы	Ведут мяч одной рукой на месте и в движении шагом по инструкции учителя
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выпрыгивание из глубокого приседа - 15р (м), 10р (д)	Выполняют двигательное упражнение 6 (м) ,4 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 11

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, баскетбольные мячи, свисток
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Ведение мяча с обводкой препятствий
Цель	Освоение техники ведения мяча, закрепление стойки и перемещение игрока
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить технику выполнения стойки и перемещений игрока, ведения мяча в баскетболеКоррекционно- развивающие: развивать ловкостьКоррекционно- воспитательные: формировать сознательную дисциплину при выполнении заданий игровой направленности

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение передвижений без мяча, остановку шагом	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют передвижение без мяча, остановку шагом. Выполняют передачу мяча двумя руками от груди в парах с продвижением вперед	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют передвижение без мяча, остановку шагом. Выполняют передачу мяча двумя руками от груди в парах с продвижением вперед
3. Открытие новых знаний	Совершенствование техники ведения мяча. Выполнение передачи мяча двумя руками от груди в парах с продвижением вперед	Выполняют технику ведения мяча после неоднократного показа учителем и ориентируюсь образец выполнения обучающимися более сильной группы. Выполняют передачу мяча двумя руками от груди в парах с продвижением вперед	Выполняют ведение мяча в движении. Выполняют передачу мяча двумя руками от груди в парах с продвижением вперед
4. Первичное закрепление материала	Выполнение ведения мяча с обводкой условных противников	Выполняют ведение мяча с обводкой условных противников	Ведут мяч одной рукой на месте и в движении шагом по инструкции учителя
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: сгибание и разгибание рук, в упоре лежа на бедрах не отрывая коленей от пола. - 2х 17 (м) 2х 14(д)	Выполняют двигательное упражнение 8 (м) ,5 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 12

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	6		
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, баскетбольные мячи, свисток		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Бросок мяча по корзине с низу двумя руками и от груди с места. Эстафеты с элементами баскетбола		
Цель	Освоение основных элементов баскетбола		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить технику остановок, перемещений игрока, передач и ведения мяча в баскетболеКоррекционно- развивающие: развивать общую моторикуКоррекционно- воспитательные: формировать сознательную дисциплину при выполнении заданий игровой направленности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение передвижений без мяча, остановку шагом	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют передвижение без мяча, остановку шагом	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют передвижение без мяча, остановку шагом

3. Открытие новых знаний	Выполнение передачи мяча двумя и одной рукой в парах, тройках в движении	Выполняют передачи мяча с продвижением вперед двумя руками и бросают мяч в корзину двумя руками с низу и от груди с места после инструкции учителя и ориентируюсь на образец выполнение обучающимися более сильной группы	Выполняют передачи мяча двумя и одной рукой в парах, тройках, с продвижением вперед и бросают мяч в корзину двумя руками снизу и от груди с места после инструкции учителя
4. Первичное закрепление материала	Эстафеты с элементами баскетбола	Участвуют в эстафете	Выполняют эстафету с элементами баскетбола
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: сгибание и разгибание рук, в упоре лежа набедрах не отрывая коленей от пола. - 2х 17 (м) 2х 14(д)	Выполняют двигательное упражнение 8 (м) ,5 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 13

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, баскетбольные мячи, свисток
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Комбинации из основных элементов техники перемещений и владении мячом.Учебная игра по упрощенным правилам
Цель	Освоение основных элементов техники перемещений и владения мячом

Задачи	Коррекционно- образовательные: познакомиться с комбинацией основных элементов техники перемещений и владении мячомКоррекционно- развивающие: развивать координацию движенийКоррекционно- воспитательные: формировать сознательную дисциплину при выполнении заданий игровой направленности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение передвижений без мяча, остановку шагом	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют передвижение без мяча, остановку шагом	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют передвижение без мяча, остановку шагом
3. Открытие новых знаний	Выполнение упражнений с набивными мячами: броски мяча с близкого расстояния, с разных позиций и расстояния.Ведение мяча с передачей, с последующим броском в кольцо	Выполняют упражнения с набивными мячами.Выполняют ведение мяча с передачей, с последующим броском в кольцо	Выполняют упражнения с набивными мячами.Выполняют ведение мяча с передачей, с последующим броском в кольцо
4. Первичное закрепление материала	Учебная игра по упрощенным правилам	Участвуют в игре баскетбол по упрощенным правилам	Играют в баскетбол по упрощенным правилам
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: сгибание и разгибание рук, в упоре лежа на бедрах не отрывая коленей от пола. - 2х 17 (м) 2х 14(д)	Выполняют двигательное упражнение 8 (м) ,5 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 14

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	6		
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, баскетбольные мячи, свисток		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Волейбол. Правила игры, наказания наказаний за нарушение игры и судейство		
Цель	Создание представлений о волейболе		
Задачи	Коррекционно- образовательные: познакомить с простейшими правилами игры в волейболе, закрепление приемов владения мячом в игре пионербол.Коррекционно- развивающие: развивать ловкость и координацию движенийКоррекционно- воспитательные: формировать сознательную дисциплину при выполнении заданий игровой направленности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Беседа по ТБ на занятиях спортивными играми.Беседа об основных средствах и правилах закаливания организма	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Отвечают на вопросы по прослушанному материалу, с опорой на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорных поощрений)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Отвечают на вопросы по прослушанному материалу

3. Открытие новых знаний	Осваивают простейшие правилам игры в волейбол, правилами судейства, наказаниями при нарушениях правил игры.Выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев	Осваивают простейшие правила игры в волейболе, запоминают названия наказаний при нарушении игры, с неоднократным повторением названий учителем.Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев (по возможности)	Осваивают простейшие правила игры в волейболе, запоминают названия наказаний при нарушении игры.Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев
4. Первичное закрепление материала	Учебная игра в пионербол	Участвуют в игре по упрощенным правилам	Играют в пионербол
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: сгибание и разгибание рук, в упоре лежа на бёдрах не отрывая коленей от пола. - 2х 17 (м) 2х 14(д)	Выполняют двигательное упражнение 8 (м) ,5 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 15

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, баскетбольные мячи, свисток
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Стойка волейболиста. Перемещения на площадке, передача мяча сверху двумя руками над собой и передача мяча снизу двумя руками на месте и после перемещения

Цель	Ознакомление с элементами волейбола		
Задачи	Коррекционно- образовательные: познакомиться с элементами игры в волейболе: стойка, передача мяча сверху, снизу, закрепить навыки владения мячом в учебной игре.Коррекционно- развивающие: развивать точность движенийКоррекционно- воспитательные: формировать сознательную дисциплину при выполнении заданий игровой направленности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Совершенствование основной стойки волейболиста.Выполнение основной стойки в волейболе, передачи мяча сверху, снизу.Выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев	Выполняют основную стойку волейболиста, после неоднократного показа учителя, ориентируясь на выполнение стойки обучающимися на образец выполнения обучающимися более сильной группы. Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев (по возможности	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Осваивают основную стойку волейболиста, после показа учителя. Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев.
3. Открытие новых знаний	Перемещение на площадке игроков в волейболе, выполнение приема и передачи мяча двумя руками у стены и в парах	). Выполняют перемещения на площадке с помощью педагога. Осваивают и используют игровые умения (взаимодействие с партнером)	Выполняют перемещения на площадке. Осваивают и используют игровые умения
4. Первичное закрепление материала	Учебная игра в волейбол по упрощенным правилам	Участвуют в игре по упрощенным правилам	Играют в пионербол
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: сгибание и разгибание рук, в упоре лежа на бедрах не отрывая коленей от пола. - 2х 17 (м) 2х 14(д)	Выполняют двигательное упражнение 8 (м) ,5 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение

6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 16

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	6		
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, баскетбольные мячи, свисток		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Нижняя прямая подача		
Цель	Создание представлений о технике нижней прямой подачи		
Задачи	Коррекционно- образовательные: познакомиться с техникой нижней прямой подачи в волейболе, закрепить навыки владения мячом в учебной игре.Коррекционно- развивающие: развивать точность движенийКоррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, сознательность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Перемещение на площадке игроков в волейболе, выполнение приема и передачи мяча двумя руками у стены и в парах	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют перемещения на площадке передачу мяча двумя руками у стены	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют перемещение на площадке игроков в волейболе, выполняют прием и передачу мяча двумя руками у стены и в парах
3. Открытие новых знаний	Определение способов подачи мяча в волейболе.Совершенствование техники нижней прямой подачи.Совершенствование стойки во время выполнения нижней прямой подачи.Выполнение нижней прямой подачи	Смотрят показ с объяснением технике правильного выполнения нижней прямой подачи. Определяют способы подачи мяча в волейболе.Выполнение нижней прямой подачи по инструкции учителя и ориентируясь на образец выполнения обучающимися из более сильной группы	Выполняют перемещения на площадке. Осваивают и используют игровые умения
4. Первичное закрепление материала	Учебная игра в волейбол по упрощенным правилам	Участвуют в игре по упрощенным правилам	Играют в пионербол
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: сгибание и разгибание рук, в упоре лежа на бедрах не отрывая коленей от пола. - 2х 17 (м) 2х 14(д)	Выполняют двигательное упражнение 8 (м) ,5 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 17

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6

Материально-техническое обеспечение	Маты, волейбольные мячи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Прыжки с места и с шага в высоту и длину (2-3 серии прыжков по 5-10 прыжков за урок).Учебная игра в волейбол		
Цель	Укрепление костно- двигательного аппарата ног и туловища.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить нижнюю прямую подачу в волейболе, закрепить навыки владения мячом в учебной игре.Коррекционно- развивающие: развивать точность движений, тренировать глазомерКоррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, сознательность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Перемещение на площадке игроков в волейболе, выполнение прыжков с места и с шага в высоту и длину (2-3 серии прыжков по 5-10 прыжков за урок), приема и передачи мяча двумя руками у стены и в парах	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют перемещения на площадке, прыжки с места, передачу мяча двумя руками у стены	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют перемещение на площадке игроков в волейболе, выполняют прыжки с места и с шага в высоту и длину, выполняют прием и передачу мяча двумя руками у стены и в парах
3. Включение изученного в систему знаний	Определение способов подачи мяча в волейболе.Совершенствование техники нижней прямой подачи.Совершенствование стойки во время выполнения нижней прямой подачи.Выполнение нижней прямой подачи	Смотрят показ с объяснением технике правильного выполнения нижней прямой подачи.Определяют способы подачи мяча в волейболе	Выполняют перемещения на площадке.Выполнение нижней прямой подачи

4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Учебная игра в волейбол по упрощенным правилам	Выполнение нижней прямой подачи по инструкции учителя и ориентируясь на образец выполнения обучающимися из более сильной группы	Осваивают и используют игровые умения в учебной игре
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выпрыгивание из глубокого приседа 7-10 раз	Выполняют двигательное упражнение 7 (м) ,5 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 18

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Маты, волейбольные мячи
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Прыжки с места и с шага в высоту и длину (2-3 серии прыжков по 5-10 прыжков за урок).Учебная игра в волейбол
Цель	Укрепление костно- двигательного аппарата ног и туловища.

Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить нижнюю прямую подачу в волейболе, закрепить навыки владения мячом в учебной игре.Коррекционно- развивающие: развивать точность движений, тренировать глазомерКоррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие.Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Перемещение на площадке игроков в волейболе, выполнение прыжков с места и с шага в высоту и длину (2-3 серии прыжков по 5-10 прыжков за урок), приема и передачи мяча двумя руками у стены и в парах	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют перемещения на площадке, прыжки с места, передачу мяча двумя руками у стены	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют перемещение на площадке игроков в волейболе, выполняют прыжки с места и с шага в высоту и длину, выполняют прием и передачу мяча двумя руками у стены и в парах
3. Включение изученного в систему знаний	Определение способов подачи мяча в волейболе.Совершенствование техники нижней прямой подачи.Совершенствование стойки во время выполнения нижней прямой подачи.Выполнение нижней прямой подачи	Смотрят показ с объяснением технике правильного выполнения нижней прямой подачи.Определяют способы подачи мяча в волейболе.Выполнение нижней прямой подачи по инструкции учителя и ориентируясь на образец выполнения обучающимися из более сильной группы	Выполняют перемещения на площадке.Выполнение нижней прямой подачи
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Учебная игра в волейбол по упрощенным правилам	Осваивают игровые умения в учебной игре	Осваивают и используют игровые умения в учебной игре

5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выпрыгивание из глубокого приседа 7-10 раз	Выполняют двигательное упражнение 7 (м) ,5 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 19

Предмет	Адаптивная физическая культура	
Класс	6	
Материально-техническое обеспечение	Скакалки	
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)	
Тема	Перестроение из колонны по одному в колонну по два на месте	
Цель	**Формирование навыков правильной осанки, развитие глазомера, равновесия, ловкости, ориентировки в пространстве**	
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить нижнюю прямую подачу в волейболе, закрепить навыки владения мячом в учебной игре.Коррекционно- развивающие: развивать чувство ритма, ориентировку в пространствеКоррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность	
Этапы урока	Содержание деятельности	
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся

		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие.Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение строевых действий согласно расчету и команде.Освоение перестроения из колонны по одному в колонну по два и по три на месте	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия под щадящий счёт	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия
3. Включение изученного в систему знаний	Тренировочные упражнения сочетание ходьбы и бега в колонне.Выполнение упражнений со скакалкой	Сочетают ходьбу и бег в колонне.Выполняют упражнения со скакалкой	Сочетают ходьбу и бег в колонне.Выполняют упражнения со скакалкой
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Выполнение прыжков через скакалку на месте в равномерном темпе	Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе на двух ногах произвольным способом	Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе на двух ногах вращая скакалку вперед, назад
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выпрыгивание из глубокого приседа 10-12 раз	Выполняют двигательное упражнение 7 (м) ,5 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение 2 серии по 8(д)-12(м) раз
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 20

Предмет	Адаптивная физическая культура

Класс	6		
Материально-техническое обеспечение	Скакалки, фишки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Повороты направо, налево, кругом (переступанием). Упражнения на равновесие		
Цель	Совершенствование строевых упражнений		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить строевые действия,Коррекционно- развивающие: развитие координации движений, устойчивость вестибулярных реакций, проприоцептивную чувствительность рук и ногКоррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие.Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение строевых действий	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия переступанием	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение строевых действий в колонне.Ориентирование в пространстве, сохранение равновесия при движении по скамейке	Выполняют перестроение из колонны по одному в колонну по два, по три на месте.Выполняют ходьбу по гимнастической скамейке с различными положениями рук	Выполняют перестроение из колонны по одному в колонну по два, по три на месте.Выполняют ходьбу по гимнастической скамейке с различными положениями рук

4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Прыжки через скакалку на одной, двух ногах	Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе на двух ногах произвольным способом	Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе на двух, одной ноге произвольным способом
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражнение «ласточка»	Выполняют двигательное упражнение	Выполняют его с закрытыми глазами
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с помощью скакалки	Оценивают результат своей деятельности с помощью скакалки

Урок 21

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Фишки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Упражнения на преодоление сопротивления
Цель	Развитие силы
Задачи	Коррекционно- образовательные: разучить упражнения в сопротивлении, закрепить строевые действия,Коррекционно- развивающие: развитие координации движений,Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность
Этапы урока	Содержание деятельности

	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие.Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение строевых действий	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия переступанием	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение строевых действий и команд.Тренировочные упражнения на изменение скорости передвижения при ходьбе/ беге	Выполняют строевые команды и действия под щадящий счёт.Изменяют скорость передвижения при ходьбе/ беге	Выполняют строевые команды и действия.Изменяют скорость передвижения при ходьбе/ беге
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Выполнение упражнений на преодоление сопротивления	Выполняют упражнений на преодоление сопротивления меньшее количество раз	Выполняют упражнений на преодоление сопротивления
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражнение «ласточка»	Выполняют двигательное упражнение	Выполняют его с закрытыми глазами
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности приемом **«Три М»** с помощью подводящих вопросов учителя	Оценивают результат своей деятельности приемом **«Три М».** Учащимся предлагается назвать три момента, которые у них получились хорошо в процессе урока, и предложить одно действие, которое улучшит их работу на следующем уроке

Урок 22

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	6		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, скакалки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Упражнения на развитие ориентации в пространстве		
Цель	Развитие ориентировки в пространстве		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить упражнения в сопротивлении, закрепить строевые действия и приемы на месте и в движении,Коррекционно- развивающие: развитие координации движений,Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие.Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение строевых действий	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия переступанием	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение ходьбы «змейкой», «противоходом».Построение	Выполняют строевые команды и действия опираясь на образец выполнения обучающимися 2 группы.Выполняют	Выполняют строевые команды и действия.Выполняют упражнений на преодоление сопротивления

	парами.Выполнение упражнений на преодоление сопротивления	упражнений на преодоление сопротивления меньшее количество раз	
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Выполнение упражнений со сложенной скакалкой в различных исходных положениях, прыжки через скакалку на двух и одной ноге	Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе на двух ногах произвольным способом	Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе на двух, одной ноге произвольным способом
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражнение приседания	Выполняют двигательное упражнение 8 (д), 10(м)	Выполняют упражнения 2-3 серии 10-12 раз
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности приемом **«Три М»** с помощью подводящих вопросов учителя	Оценивают результат своей деятельности приемом **«Три М»**

Урок 23

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Фишки, скакалки, обручи, скамейки, козёл, маты
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Упражнения на укрепление мышц туловища, рук и ног
Цель	Развитие двигательных качеств

Задачи	Коррекционно- образовательные: разучить комплекс упражнений на укрепление мышц туловища, рук и ног.Коррекционно-развивающие: развитие координации движений,Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие.Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение строевых действий	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия переступанием	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение фигурной маршировки.Выполнение упражнений на укрепление мышц туловища, рук и ног	Выполняют строевые команды и действия опираясь на образец выполнения обучающимися 2 группы.Выполняют упражнений наукрепление мышц туловища, рук и ног меньшее количество раз	Выполняют строевые команды и действия.Выполняют упражнений наукрепление мышц туловища, рук и ног
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Преодоление полосы препятствий	Преодолевают полосу препятствий с помощью учителя	Преодолевают полосу препятствий 2-3 раза
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражнения комплекса на укрепление мышц туловища, рук и ног	Выполняют 3-4 упражнения комплекса	Выполняют комплекс упражнений

6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности приемом **«Три М»** с помощью подводящих вопросов учителя	Оценивают результат своей деятельности приемом **«Три М»**

Урок 24

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	6		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, скакалки, обручи, скамейки, козёл, маты		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Упражнения с сопротивлением		
Цель	Развитие двигательных качеств		
Задачи	Коррекционно- образовательные: разучить комплекс упражнений на укрепление мышц туловища, рук и ног.Коррекционно-развивающие: развитие координации движений,Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие.Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение строевых действий	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия переступанием	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение упражнений на укрепление мышц туловища, рук и ног.Выполнение упражнений с элементами единоборств, сохранение равновесия при движении на скамейке	Выполняют строевые команды и действия опираясь на образец выполнения обучающимися 2 группы.Выполняют упражнений наукрепление мышц туловища, рук и ног меньшее количество раз.Выполнение упражнений с элементами единоборств на полу	Выполняют строевые команды и действия.Выполняют упражнений наукрепление мышц туловища, рук и ног.Выполнение упражнений с элементами единоборств, сохранение равновесия при движении на скамейке
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Преодоление полосы препятствий	Преодолевают полосу препятствий с помощью учителя	Преодолевают полосу препятствий 2-3 раза
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражнения комплекса на укрепление мышц туловища, рук и ног	Выполняют 3-4 упражнения комплекса	Выполняют комплекс упражнений
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности приемом **«Три М»** с помощью подводящих вопросов учителя	Оценивают результат своей деятельности приемом **«Три М»**

Урок 25

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6

Материально-техническое обеспечение	Гимнастические палки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Упражнения с гимнастическими палками		
Цель	Формирование навыков правильной осанки, повышение уровня мотивации к здоровому образу жизни		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: разучить упражнения, формирующие правильную осанку, закрепить знания о влиянии неправильной осанки на здоровье человека.· Коррекционно- развивающие: укрепление мышечного корсета, улучшение нервно-мышечной координации· Коррекционно- воспитательные: формировать коммуникативные навыки		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие.Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение строевых действий	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия переступанием	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение комплекса упражнений с гимнастической палкой.Согласование движения палки с движениями туловища, ног	Выполняют строевые команды и действия опираясь на образец выполнения обучающимися 2 группы.Выполняют упражнений с гимнастической палкой меньшее количество раз	Выполняют строевые команды и действия.Выполняют упражнения с гимнастической палкой
4. Применение знаний и умений в новой	Составление и выполнение комбинации на скамейке	Выполняют доступные упражнения на равновесие	Составляют и демонстрируют комбинацию на скамейке

ситуации.Контроль усвоения знаний			
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражнения комплекса с гимнастической палкой	Выполняют 3-4 упражнения комплекса	Выполняют комплекс упражнений
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности приемом **«Три М»** с помощью подводящих вопросов учителя	Оценивают результат своей деятельности приемом **«Три М»**

Урок 26

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Гимнастические палки, козёл, шведская стенка, гимнастическая скамейка
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Опорный прыжок
Цель	Формирование двигательных навыков
Задачи	· Коррекционно- образовательные: повторять технику опорного прыжка через гимнастического козла· Коррекционно-развивающие: формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат· Коррекционно- воспитательные: воспитывать смелость, прививать внимательность при выполнении задания

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие.Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение строевых действий	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия переступанием	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение комплекса упражнений с гимнастической палкой.Выполнение прыжка согнув ноги через козла, коня в ширину	Выполняют строевые команды и действия опираясь на образец выполнения обучающимися 2 группы.Выполняют упражнений с гимнастической палкой меньшее количество раз.Выполняют наскок в стойку на коленях	Выполняют строевые команды и действия.Выполняют упражнения с гимнастической палкой.Выполняют опорный прыжок ноги врозь через козла, коня в ширину с помощью учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Преодоление нескольких препятствий различными способами	Преодолевают несколько препятствий с помощью учителя (по возможности)	Преодолевают несколько препятствий
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражнения комплекса с гимнастической палкой	Выполняют 3-4 упражнения комплекса	Выполняют комплекс упражнений
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности по вопросам учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 27

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	6		
Материально-техническое обеспечение	Гимнастические палки, козёл, шведская стенка, гимнастическая скамейка		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Опорный прыжок		
Цель	Формирование двигательных навыков		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: повторять технику опорного прыжка через гимнастического козла· Коррекционно-развивающие: формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат· Коррекционно- воспитательные: воспитывать смелость, прививать внимательность при выполнении задания		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие.Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение строевых действий	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия переступанием	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение комплекса упражнений с гимнастической палкой.Выполнение	Выполняют строевые команды и действия опираясь на образец выполнения	Выполняют строевые команды и действия.Выполняют упражнения с

	прыжка согнув ноги через козла, коня в ширину	обучающимися 2 группы.Выполняют упражнений с гимнастической палкой меньшее количество раз.Выполняют наскок в стойку на коленях	гимнастической палкой.Выполняют опорный прыжок ноги врозь через козла, коня в ширину с помощью учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Преодоление нескольких препятствий различными способами	Преодолевают несколько препятствий с помощью учителя (по возможности)	Преодолевают несколько препятствий
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражнения комплекса с гимнастической палкой	Выполняют 3-4 упражнения комплекса	Выполняют комплекс упражнений
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности по вопросам учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 28

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Набивные мячи, конь, маты
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Упражнения для формирования правильной осанки

Цель	Формирование навыков правильной осанки, повышение уровня мотивации к здоровому образу жизни		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: повторить упражнения, формирующие правильную осанку· Коррекционно-развивающие: укреплять опорно-двигательный аппарат· Коррекционно- воспитательные: воспитание потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие.Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение строевых действий	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия переступанием	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение комплекса упражнений для формирования правильной осанки.Переноска 2- 3 набивных мячей весом до 7-8 кг.Переноска гимнастического коня и козла, матов на расстояние до 15 м	Выполняют упражнений для формирования правильной осанки меньшее количество раз.Выполняют наскок в стойку на коленях	Выполняют упражнения для формирования правильной.Выполняют опорный прыжок ноги врозь через козла, коня в ширину с помощью учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Выполнение прыжка согнув ноги через козла, коня в ширину	Переносят набивные мячи 1-2 мячей до 3-4 кг	Переносят 2- 3 набивных мячей весом до 7-8 кг
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражнения комплекса для формирования правильной осанки	Выполняют 3-4 упражнения комплекса	Выполняют комплекс упражнений

6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности по вопросам учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 29

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	6		
Материально-техническое обеспечение	Набивные мячи, конь, маты		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Упражнения со скакалками		
Цель	Укрепление голеностопных суставов, мышц ног, кистей рук		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: повторить комплекс упражнений с гимнастической скакалкой, закрепить технику выполнения опорного прыжка· Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений, тренировка вестибулярного аппарата· Коррекционно- воспитательные: воспитание потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие.Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение строевых действий	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия переступанием	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение комплекса упражнений со скакалкой.Переноска 2- 3 набивных мячей весом до 7-8 кг.Переноска гимнастического коня и козла, матов на расстояние до 15 м	Выполняют упражнений со скакалкой меньшее количество раз.Выполняют наскок в стойку на коленях	Выполняют упражнения со скакалкой.Выполняют опорный прыжок ноги врозь через козла, коня в ширину с помощью учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Выполнение прыжка согнув ноги через козла, коня в ширину	Переносят набивные мячи 1-2 мячей до 3-4 кг	Переносят 2- 3 набивных мячей весом до 7-8 кг
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражнения комплекса для формирования правильной осанки	Выполняют 3-4 упражнения комплекса	Выполняют комплекс упражнений
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности по вопросам учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 30

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Гантели, конь, козёл, маты
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)

Тема	Упражнения с гантелями		
Цель	Развитие силовой выносливости		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: разучить комплекс упражнений с гантелями, совершенствовать технику выполнения опорного прыжка· Коррекционно- развивающие: развивать двигательные качества, тренировка вестибулярного аппарата· Коррекционно- воспитательные: воспитание потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие.Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение строевых действий	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия переступанием	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение комплекса упражнений с гантелями.Переноска гимнастического коня и козла, матов на расстояние до 15 м	Выполняют упражнений с гантелями меньшее количество раз	Выполняют упражнения с гантелями
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Выполнение прыжка согнув ноги через козла, коня в ширину	Выполняют наскок в стойку на коленях	Выполняют опорный прыжок ноги врозь через козла, коня в ширину с помощью учителя
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражнения комплекса для формирования правильной осанки	Выполняют 3-4 упражнения комплекса	Выполняют комплекс упражнений

6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности по вопросам учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 31

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	6		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Упражнения для пространственно-временной дифференцировки и точности движений		
Цель	Развитие и коррекция двигательных функций		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: восполнить дефицит двигательной активности с учётом конкретного дефекта.· Коррекционно- развивающие: **дифференцировать пространственные параметры движения**· Коррекционно-воспитательные: формировать морально-волевые качества		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания.Выполнение построения в колонну по два, соблюдая заданное расстояние	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют построение в колонну по два, соблюдая заданное расстояние (по ориентирам)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют построение в колонну по два, соблюдая заданное расстояние
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение прыжка в длину с места на заданное расстояние без предварительной отметки	Выполняют упражнения для развития точности движений;выполняют упражнения для развития пространственно–временной дифференцировки по прямому указанию учителя.Прыгают в длину с места на заданное расстояние с предварительной отметки	Выполняют упражнения для развития пространственно–временной дифференцировки, ориентируясь на образец выполнения учителем
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Передача набивного мяча сидя, стоя из одной руки в другую над головой	Передают набивной мяч сидя, стоя из одной руки в другую над головой меньшее количество повторений	Передают набивной мяч сидя, стоя из одной руки в другую над головой
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнить 2-3 упражнения	Повторить за родителем 1-2 упражнения	Самостоятельно выполнить 2-3 упражнения
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 32

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6

Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Упражнения для пространственно-временной дифференцировки и точности движений		
Цель	Развитие и коррекция двигательных функций		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: восполнить дефицит двигательной активности с учётом конкретного дефекта.· Коррекционно- развивающие: **дифференцировать пространственные параметры движения**· Коррекционно-воспитательные: формировать морально-волевые качества		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания.Выполнение построения в колонну по два, соблюдая заданное расстояние	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют построение в колонну по два, соблюдая заданное расстояние (по ориентирам)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют построение в колонну по два, соблюдая заданное расстояние
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение прыжка в длину с места на заданное расстояние без предварительной отметки	Выполняют упражнения для развития точности движений;выполняют упражнения для развития пространственно–временной дифференцировки по прямому указанию учителя.Прыгают в длину с места на заданное расстояние с предварительной отметки	Выполняют упражнения для развития пространственно–временной дифференцировки, ориентируясь на образец выполнения учителем

4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Передача набивного мяча сидя, стоя из одной руки в другую над головой	Передают набивной мяч сидя, стоя из одной руки в другую над головой меньшее количество повторений	Передают набивной мяч сидя, стоя из одной руки в другую над головой
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнить 2-3 упражнения	Повторить за родителем 1-2 упражнения	Самостоятельно выполнить 2-3 упражнения
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 33

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Техника безопасности и правила поведения на уроках лыжной подготовкой. Одновременный бесшажный ход
Цель	Освоение техники передвижения на лыжах
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить правила поведения и технику безопасности на занятиях лыжным спортом, закрепить строевые действия и команды с лыжами, закрепить технику передвижения на лыжахКоррекционно- развивающие: развивать

	координационные способностиКоррекционно- воспитательные: формировать сознательное отношение к выполнению упражнений, воспитывать коллективизм, взаимопомощь, самостоятельность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Беседа о правилах обращения с лыжным инвентарем и техники безопасности на занятиях лыжной подготовкой.Организация проверки домашнего задания	Слушают инструктаж, отвечают на вопросы учителя с опорой на визуальный план.Смотрят показ с объяснением безопасного передвижения с лыжами под рукой и на плече. Демонстрируют готовность к уроку	Слушают инструктаж, участвуют в беседе, отвечают на вопросы учителя.Смотрят показ с объяснением безопасного передвижения с лыжами под рукой и на плече. Самостоятельно подбирают лыжный инвентарь
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение строевых команд и приемов с лыжами и на лыжах.Выполнение строевых действий с лыжами.Передвижение скользящим шагом по лыжне.Освоение техники одновременного бесшажного хода	Выполняют строевые действия с лыжами.Совершенствуют технику выполнения строевых команд и приемов.Смотрят показ с объяснением техники одновременного бесшажного хода и выполняют передвижение на лыжах	Выполняют строевые действия с лыжами.Совершенствуют технику выполнения строевых команд и приемов.Смотрят показ с объяснением техники одновременного бесшажного хода и выполняют передвижение на лыжах
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Уход за инвентарем	Очищают инвентарь от снега с помощью	Очищают инвентарь от снега
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: подготовиться к занятиям по лыжной подготовки	Готовят одежду и лыжный инвентарь для занятий	Готовят одежду и лыжный инвентарь для занятий

6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 34

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	6		
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Одновременный двухшажный ход		
Цель	Совершенствование техники передвижения на лыжах		
Задачи	Коррекционно- образовательные:освоение техники передвижения одновременным двухшажным ходом, закрепить технику одновременного бесшажного ходаКоррекционно- развивающие: развивать координационные способности, выносливостиКоррекционно- воспитательные: формировать сознательное отношение к выполнению упражнений, воспитывать коллективизм, взаимопомощь, самостоятельность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение строевых команд и приемов с лыжами и на лыжах	Демонстрируют готовность к уроку.Выполняют строевые действия с лыжами	Самостоятельно подбирают лыжный инвентарь.Выполняют строевые действия с лыжами
3. Включение изученного в систему знаний	Закрепление способа передвижения попеременным двухшажным ходом на лыжах.Передвижение одновременным бесшажным ходом.Освоение техники одновременного двухшажного хода	Передвигаются попеременным двухшажным и одновременного бесшажного ходом. Смотрят показ с объяснением техники одновременного двухшажного хода и выполняют передвижение на лыжах	Передвигаются попеременным двухшажным и одновременного бесшажного ходом.Смотрят показ с объяснением техники одновременного двухшажного хода и выполняют передвижение на лыжах
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Уход за инвентарем	Очищают инвентарь от снега с помощью	Очищают инвентарь от снега
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста	Отвечают на 2-3 вопроса теста	Проходят тестирование
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 35

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь

Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Одновременный двухшажный ход		
Цель	Совершенствование техники передвижения на лыжах		
Задачи	Коррекционно- образовательные: освоение техники передвижения одновременным двухшажным ходом, закрепить технику одновременного бесшажного ходаКоррекционно- развивающие: развивать координационные способности, выносливостиКоррекционно- воспитательные: формировать сознательное отношение к выполнению упражнений, воспитывать коллективизм, взаимопомощь, самостоятельность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение строевых команд и приемов с лыжами и на лыжах	Демонстрируют готовность к уроку.Выполняют строевые действия с лыжами	Самостоятельно подбирают лыжный инвентарь.Выполняют строевые действия с лыжами
3. Включение изученного в систему знаний	Закрепление способа передвижения попеременным двухшажным ходом на лыжах.Передвижение одновременным бесшажным ходом.Освоение техники одновременного двухшажного хода	Передвигаются попеременным двухшажным и одновременного бесшажного ходом. Смотрят показ с объяснением техники одновременного двухшажного хода и выполняют передвижение на лыжах	Передвигаются попеременным двухшажным и одновременного бесшажного ходом.Смотрят показ с объяснением техники одновременного двухшажного хода и выполняют передвижение на лыжах
4. Применение знаний и умений в новой	Уход за инвентарем	Очищают инвентарь от снега с помощью	Очищают инвентарь от снега

ситуации.Контроль усвоения знаний			
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста	Отвечают на 2-3 вопроса теста	Проходят тестирование
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 36

Предмет	Адаптивная физическая культура	
Класс	6	
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь	
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)	
Тема	Поворот махом на месте	
Цель	Освоение техники выполнения способов поворота на лыжах	
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить технику выполнения поворота на месте махом назад к наружиКоррекционно-развивающие: развивать координацию движений, выносливостьКоррекционно- воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручки, доброжелательного отношения друг к другу	
Этапы урока	Содержание деятельности	
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся

		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение поворота махом на лыжах	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Выполняют поворот махом на месте на лыжах по инструкции и показа учителя	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Выполняют поворот махом на месте на лыжах
3. Включение изученного в систему знаний	Закрепление изученных способов передвижения на лыжах.Передвижение попеременным и одновременным двухшажным ходом	Передвигаются попеременным и одновременным бесшажным ходом по возможности	Выполняют передвижение на лыжах изученными ходами
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Уход за инвентарем	Очищают инвентарь от снега с помощью	Очищают инвентарь от снега
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по способам поворотов на лыжах	Отвечают на 1-2 вопроса теста	Проходят тестирование
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 37

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь

Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Поворот махом на месте		
Цель	Освоение техники выполнения способов поворота на лыжах		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить технику выполнения поворота на месте махом назад к наружиКоррекционно-развивающие: развивать координацию движений, выносливостьКоррекционно- воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручки, доброжелательного отношения друг к другу		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение поворота махом на лыжах	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Выполняют поворот махом на месте на лыжах по инструкции и показа учителя	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Выполняют поворот махом на месте на лыжах
3. Включение изученного в систему знаний	Закрепление изученных способов передвижения на лыжах.Передвижение попеременным и одновременным двухшажным ходом	Передвигаются попеременным и одновременным бесшажным ходом по возможности	Выполняют передвижение на лыжах изученными ходами
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Уход за инвентарем	Очищают инвентарь от снега с помощью	Очищают инвентарь от снега

5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по способам поворотов на лыжах	Отвечают на 1-2 вопроса теста	Проходят тестирование
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 38

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	6		
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Комбинированное торможение лыжами и палками		
Цель	Освоение техники комбинированного торможения лыжами и палками		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить технику комбинированного торможения , закрепить способы передвижения на лыжахКоррекционно- развивающие: развивать координацию движений, ловкостьКоррекционно- воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручки, доброжелательного отношения друг к другу		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Слушают инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Проводят инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона
3. Включение изученного в систему знаний	Демонстрация техники комбинированного торможения. Освоение способа торможения на лыжах	Смотрят показ с объяснением.Осваивают технику торможения после инструкции и неоднократного показа учителем, ориентируясь на образецвыполнения обучающимися из 2 группы	Смотрят показ с объяснение техники выполнения торможения.Осваивают технику торможения.Выполняют комбинированное торможение лыжами ипалками
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Передвижение попеременным и одновременным двухшажным ходом	Передвигаются на лыжах изученными способами	Передвигаются на лыжах изученными способами
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона	Отвечают на 1-2 вопроса теста	Проходят тестирование
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 39

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6

Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Комбинированное торможение лыжами и палками		
Цель	Освоение техники комбинированного торможения лыжами и палками		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить технику комбинированного торможения , закрепить способы передвижения на лыжахКоррекционно- развивающие: развивать координацию движений, ловкостьКоррекционно- воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручки, доброжелательного отношения друг к другу		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Слушают инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Проводят инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона
3. Включение изученного в систему знаний	Демонстрация техники комбинированного торможения. Освоение способа торможения на лыжах	Смотрят показ с объяснением.Осваивают технику торможения после инструкции и неоднократного показа учителем, ориентируясь на образецвыполнения обучающимися из 2 группы	Смотрят показ с объяснение техники выполнения торможения.Осваивают технику торможения.Выполняют комбинированное торможение лыжами ипалками

4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Передвижение попеременным и одновременным двухшажным ходом	Передвигаются на лыжах изученными способами	Передвигаются на лыжах изученными способами
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона	Отвечают на 1-2 вопроса теста	Проходят тестирование
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 40

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Обучение правильному падению при прохождении спусков
Цель	Закрепление техники спусков со склона, подъёмов на лыжах
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить технику подъёма и спусков со склона, закрепить способы передвижения на лыжахКоррекционно- развивающие: развивать координацию движений, выносливостьКоррекционно- воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручки, доброжелательного отношения друг к другу

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Слушают инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Проводят инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона
3. Включение изученного в систему знаний	Сохранение равновесия при спуске со склона в высокой стойке, демонстрирование изученной техники подъема.Обучение правильному падению при прохождении спусков	Выполняют подъем ступающим шагом, «ёлочкой», спуск с в высокой стойке.Осваивают технику правильного падения при прохождении спусков (по возможности)	Выполняют подъем «лесенкой», «ёлочкой», спуск в средней и высокой стойке.Осваивают технику правильного падения при прохождении спусков
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Уход за инвентарем	Очищают инвентарь от снега с помощью	Очищают инвентарь от снега
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона	Отвечают на 1-2 вопроса теста	Проходят тестирование
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 41

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	6		
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Повторное передвижение в быстром темпе на отрезках 40-60 м		
Цель	Совершенствование техники передвижения на лыжах на коротких отрезках в быстром темпе		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить технику выполнения комбинированное торможение на лыжах, закрепить способы передвижения на лыжахКоррекционно- развивающие: развивать координацию движений, выносливостьКоррекционно-воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручки, доброжелательного отношения друг к другу		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Тренировочные упражнения на комбинированное торможение на лыжах	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Осваивают комбинированное торможение лыжами и палками (по возможности)	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Выполняют комбинированное торможение лыжами и палками

3. Включение изученного в систему знаний	Прохождение на лыжах отрезков на скорость	Передвигаются в быстром темпе на отрезке от 30- 40 м	Передвигаются в быстром темпе на отрезке от 40- 60 м
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Уход за инвентарем	Очищают инвентарь от снега с помощью	Очищают инвентарь от снега
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по способам передвижения на лыжах	Отвечают на 1-2 вопроса теста	Проходят тестирование
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 42

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Повторное передвижение в быстром темпе на отрезках 40-60 м
Цель	Совершенствование техники передвижения на лыжах на коротких отрезках в быстром темпе
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить технику выполнения комбинированное торможение на лыжах, закрепить способы передвижения на лыжахКоррекционно- развивающие: развивать координацию движений, выносливостьКоррекционно-воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручки, доброжелательного отношения друг к другу

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Тренировочные упражнения на комбинированное торможение на лыжах	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Осваивают комбинированное торможение лыжами и палками (по возможности)	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Выполняют комбинированное торможение лыжами и палками
3. Включение изученного в систему знаний	Прохождение на лыжах отрезков на скорость	Передвигаются в быстром темпе на отрезке от 30- 40 м	Передвигаются в быстром темпе на отрезке от 40- 60 м
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Уход за инвентарем	Очищают инвентарь от снега с помощью	Очищают инвентарь от снега
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по способам передвижения на лыжах	Отвечают на 1-2 вопроса теста	Проходят тестирование
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 43

Предмет	Адаптивная физическая культура

Класс	6		
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Повторное передвижение в быстром темпе по кругу 100- 150 м		
Цель	Совершенствование техники передвижения на лыжах		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить технику выполнения поворота махом на лыжах, закрепить способы передвижения на лыжах на коротких отрезках в быстром темпеКоррекционно- развивающие: развивать координацию движений, скоростную выносливостьКоррекционно- воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручки, доброжелательного отношения друг к другу		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания	Отвечают на вопросы учителя по тесту	Отвечают на вопросы учителя по тесту
3. Включение изученного в систему знаний	Повторное прохождение на лыжах отрезков на скорость.Инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона	Проходят на скорость отрезок на время от 100- 150 м (девочки- 1раз, мальчики- 2 раза).Слушают инструктаж по соблюдению	Проходят на скорость отрезок навремя от 100-150 м (девочки-3-5 раз,мальчики- 5-7 раз).Слушают инструктаж по соблюдению

		техники безопасности во время спуска со склона	техники безопасности во время спуска со склона
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Сохранение равновесия при спуске со склона в высокой стойке, закрепление изученной техники подъема	Выполняют спуск со склона в высокой стойке	Выполняют спуск со склона в средней стойке
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по способам передвижения на лыжах	Отвечают на 1-2 вопроса теста	Проходят тестирование
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 44

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Повторное передвижение в быстром темпе по кругу 100- 150 м
Цель	Совершенствование техники передвижения на лыжах
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить технику выполнения поворота махом на лыжах, закрепить способы передвижения на лыжах на коротких отрезках в быстром темпеКоррекционно- развивающие: развивать координацию движений, скоростную

	выносливостьКоррекционно- воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручки, доброжелательного отношения друг к другу		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания	Отвечают на вопросы учителя по тесту	Отвечают на вопросы учителя по тесту
3. Включение изученного в систему знаний	Повторное прохождение на лыжах отрезков на скорость.Инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона	Проходят на скорость отрезок на время от 100- 150 м (девочки- 1раз, мальчики- 2 раза).Слушают инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона	Проходят на скорость отрезок навремя от 100-150 м (девочки-3-5 раз,мальчики- 5-7 раз).Слушают инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Сохранение равновесия при спуске со склона в высокой стойке, закрепление изученной техники подъема	Выполняют спуск со склона в высокой стойке	Выполняют спуск со склона в средней стойке
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по способам передвижения на лыжах	Отвечают на 1-2 вопроса теста	Проходят тестирование
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 45

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	6		
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Игры на лыжах:«Пятнашки простые», «Самый меткий»		
Цель	Совершенствование техники передвижения на лыжах в игровой деятельности		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить способы передвижения на лыжах в игровой деятельностиКоррекционно-развивающие: развивать координацию движений, ловкость, меткостьКоррекционно- воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручки, доброжелательного отношения друг к другу		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Инструктаж по соблюдению техники безопасности во время проведения игр	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Слушают инструктаж по соблюдению техники безопасности во время игр	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Проводят инструктаж по соблюдению техники безопасности во время игр

3. Включение изученного в систему знаний	Освоение техники изученных способов передвижения вигровой деятельности	Слушают правила игры.Играют в игры на лыжах (по возможности)	Слушают правила игры. Играют в игры на лыжах по инструкции учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Уход за инвентарем	Очищают инвентарь от снега с помощью	Очищают инвентарь от снега
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по лыжной подготовки	Отвечают на 1-2 вопроса теста	Проходят тестирование
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 46

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Игры на лыжах : «Переставь флажок», «Попади в круг», «Кто быстрее», «Следи за сигналом»
Цель	Совершенствование техники передвижения на лыжах в игровой деятельности

Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить способы передвижения на лыжах в игровой деятельностиКоррекционно-развивающие: развивать координацию движений, ловкость,Коррекционно- воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручки, доброжелательного отношения друг к другу		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Инструктаж по соблюдению техники безопасности во время проведения игр	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Слушают инструктаж по соблюдению техники безопасности во время игр	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Проводят инструктаж по соблюдению техники безопасности во время игр
3. Включение изученного в систему знаний	Освоение техники изученных способов передвижения вигровой деятельности	Слушают правила игры.Играют в игры на лыжах (по возможности)	Слушают правила игры. Играют в игры на лыжах по инструкции учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Уход за инвентарем	Очищают инвентарь от снега с помощью	Очищают инвентарь от снега
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по лыжной подготовки	Отвечают на 1-2 вопроса теста	Проходят тестирование
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 47

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	6		
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Прохождение на лыжах за урок от 1,5 км		
Цель	Совершенствование техники изученных способов передвижения на лыжах при прохождении лыжной дистанции		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить изученные способы передвижения на лыжахКоррекционно- развивающие: развивать координацию движений, выносливостьКоррекционно- воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручки, доброжелательного отношения друг к другу		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Беседа о правилах поведения соревнований на лыжах	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Слушают правила проведения соревнований по лыжным гонкам, отвечают на вопросы учителя	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Участвуют в беседе по правилам проведения лыжных соревнований

3. Включение изученного в систему знаний	Прохождение дистанции на лыжах за урок	Проходят дистанцию без учета времени 500 м	Проходят дистанцию 1,5 км без учета времени
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Уход за инвентарем	Очищают инвентарь от снега с помощью	Очищают инвентарь от снега
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по правилам соревнований	Отвечают на 2-3 вопроса теста	Проходят тестирование
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 48

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Прохождение на лыжах за урок от 1,5 км
Цель	Совершенствование техники изученных способов передвижения на лыжах при прохождении лыжной дистанции

Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить изученные способы передвижения на лыжахКоррекционно- развивающие: развивать координацию движений, выносливостьКоррекционно- воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручки, доброжелательного отношения друг к другу		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Беседа о правилах поведения соревнований на лыжах	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Слушают правила проведения соревнований по лыжным гонкам, отвечают на вопросы учителя	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Участвуют в беседе по правилам проведения лыжных соревнований
3. Включение изученного в систему знаний	Прохождение дистанции на лыжах за урок	Проходят дистанцию без учета времени 500 м	Проходят дистанцию 1,5 км без учета времени
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Уход за инвентарем	Очищают инвентарь от снега с помощью	Очищают инвентарь от снега
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по правилам соревнований	Отвечают на 2-3 вопроса теста	Проходят тестирование
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 49

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	6		
Материально-техническое обеспечение	Ракетки, мячи для настольного тенниса		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Инструктаж по ТБ на уроках спортивных играх. Техника отбивания мяча то одной, то другой стороной ракетки		
Цель	Формирование навыка владения мячом в настольном теннисе		
Задачи	Коррекционно- образовательные: познакомиться с техникой отбивания мяча ракеткой, закрепить навыки владения мячом в учебной игре.Коррекционно- развивающие: развивать точность движений, ловкостиКоррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, сознательность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Беседа по ТБ, санитарно-гигиенические требования к занятиям спортивными играми	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорных поощрений)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Отвечают на вопросы по прослушанному материалу

3. Открытие новых знаний	Жонглирование теннисным мячом, выполнение отбивания мяча стороной ракетки, передвижение, выполнение ударов со стандартных положений	Выполняют прием и передачу мяча теннисной ракеткой по возможности	Выполняют прием и передачу мяча теннисной ракеткой
4. Первичное закрепление материала	Выполнение игровых заданий с теннисным мячом	Дифференцируют разновидности ударов (по возможности)	Дифференцируют разновидности ударов
5. Включение в систему знаний и повторение	Учебная игра в настольный теннис	Участвуют в игре	Играют в учебную игру
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: сгибание и разгибание рук, в упоре лежа на бедрах не отрывая коленей от пола. - 2х 17 (м) 2х 14(д)	Выполняют двигательное упражнение 8 (м) ,5 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 50

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Ракетки, мячи для настольного тенниса
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Правильная стойка теннисиста, техника короткой и длинной подачи мяча
Цель	Формирование навыка владения мячом в настольном теннисе

Задачи	Коррекционно- образовательные: познакомиться со стойкой теннисиста, повторить элементы техники владения мячом и ракеткой, закрепить навыки владения мячом в учебной игре.Коррекционно- развивающие: развивать точность движений, ловкостиКоррекционно-воспитательные: воспитывать дисциплинированность, сознательность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение ходьбы и бега.Выполнение комплекса упражнений в движении	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют ходьбу и бег опираясь на образец выполнения обучающегося 2 группы.Выполняют 3-4 упражнения	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют ходьбу и бег по инструкции учителя.Выполняют упражнения по показу учителя
3. Открытие новых знаний	Определение названия подачи	Выполняют правильную стойку теннисиста и подачу мяча (по возможности)	Выполняют правильную стойку теннисиста и подачу мяча
4. Первичное закрепление материала	Выполнение подачи мяча, принимая правильное исходное положение	Дифференцируют разновидности подач(по возможности)	Дифференцируют разновидности подач
5. Включение в систему знаний и повторение	Учебная игра в настольный теннис	Участвуют в игре	Играют в учебную игру
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: сгибание и разгибание рук, в упоре лежа на бедрах не отрывая коленей от пола. - 2х 17 (м) 2х 14(д)	Выполняют двигательное упражнение 8 (м) ,5 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 51

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	6		
Материально-техническое обеспечение	Ракетки, мячи для настольного тенниса		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Техника отбивания мяча над столом, за ним и дальше от него		
Цель	Формирование навыка владения мячом в настольном теннисе		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить стойку теннисиста, закрепить навыки владения мячом в учебной игре.Коррекционно-развивающие: развивать точность движений, ловкостиКоррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, сознательность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение ходьбы и бега.Выполнение комплекса упражнений в движении	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют ходьбу и бег опираясь на образец выполнения обучающегося 2 группы.Выполняют 3-4 упражнения	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют ходьбу и бег по инструкции учителя.Выполняют упражнения по показу учителя

3. Открытие новых знаний	Повторение техники отбивания мяча	Выполняют отбивание мяча (по возможности)	Выполняют отбивание мяча
4. Первичное закрепление материала	Выполнение правильной стойки теннисиста	Осваивают стойку теннисиста	Принимают правильную стойку теннисиста
5. Включение в систему знаний и повторение	Учебная игра в настольный теннис	Участвуют в игре	Играют в учебную игру
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: сгибание и разгибание рук, в упоре лежа на бедрах не отрывая коленей от пола. - 2х 17 (м) 2х 14(д)	Выполняют двигательное упражнение 8 (м) ,5 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 52

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Ракетки, мячи для настольного тенниса
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Правила соревнований по настольному теннису. Учебная игра в настольный теннис
Цель	Ознакомление с правилами игры в настольный теннис

Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить стойку теннисиста, закрепить навыки владения мячом в учебной игре.Коррекционно-развивающие: развивать точность движений, ловкостиКоррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, сознательность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Ознакомление с правилами соревнований по настольному теннису	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Рассматривают видеоматериал по теме.«Правила соревнований по настольному теннису» с помощью учителя	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Рассматривают видеоматериал по теме «Правила соревнований по настольному теннису»
3. Включение изученного в систему знаний	Жеребьевка на игру	Формирование пар для игры с помощью педагога	Распределение по результатам жеребьевки
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Одиночная играКонцентрирование внимания во время игры	Играют в одиночные игры(по возможности)	Играют в одиночные игры
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выпрыгивание из глубокого приседа 10-12 раз	Выполняют двигательное упражнение 7 (м) ,5 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение 2 серии по 8(д)-12(м) раз
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 53

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	6		
Материально-техническое обеспечение	Волейбольные мячи		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Волейбол. Нижняя прямая подача		
Цель	Ознакомление с техникой нижней прямой подачи		
Задачи	Коррекционно- образовательные: познакомить с техникой нижней прямой подачи, повторить стойку волейболиста, закрепить навыки владения мячом.Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений, ловкостьКоррекционно- воспитательные: формировать интерес к занятиям физической культурой, чувства ответственности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение ходьбы и бега.Выполнение комплекса упражнений в движении	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют ходьбу и бег опираясь на образец выполнения обучающегося 2 группы.Выполняют 3-4 упражнения	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют ходьбу и бег по инструкции учителя.Выполняют упражнения по показу учителя

3. Открытие новых знаний	Совершенствование техники нижней прямой подачи	Смотрят показ с объяснением технике правильного выполнения нижней прямой подачи.Выполняют техники нижней прямой подачи по инструкции учителя	Смотрят показ с объяснением технике правильного выполнения нижней прямой подачи.Выполняют техники нижней прямой подачи по инструкции учителя
4. Первичное закрепление материала	Совершенствование стойки во время выполнения нижней прямой подачи	Выполняют стойку во время нижней прямой подачи по неоднократной инструкции и показу учителя.обучающимися из более сильной группы	Выполняют стойку во время нижней прямой подачи по неоднократной
5. Включение в систему знаний и повторение	Выполнение нижней прямой подачи	Выполняют нижнюю прямую подачу по инструкции учителя и ориентируясь на образец выполнения	Выполняют нижнюю прямую подачу
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выпрыгивание из глубокого приседа 10-12 раз	Выполняют двигательное упражнение 7 (м) ,5 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение 2 серии по 8(д)-12(м) раз
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 54

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Волейбольные мячи
Тип урока	Урок открытия новых знаний

Тема	Передача мяча сверху и снизу двумя руками после перемещений		
Цель	Ознакомление с техникой передачи мяча сверху и снизу двумя руками		
Задачи	Коррекционно- образовательные: познакомить техникой передачи мяча сверху и снизу двумя руками, повторить стойку волейболиста, закрепить навыки владения мячомКоррекционно- развивающие: развивать координацию движений, ловкостьКоррекционно- воспитательные: формировать интерес к занятиям физической культурой, чувства ответственности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение ходьбы и бега	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют ходьбу и бег опираясь на образец выполнения обучающегося 2 группы	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют ходьбу и бег по инструкции учителя
3. Открытие новых знаний	Выполнение комплекса упражнений в движении	Выполняют 3-4 упражнения	Выполняют упражнения по показу учителя
4. Первичное закрепление материала	Совершенствование техники выполнения передачи мяча сверху и снизу двумя руками после перемещений	Принимают и передают мяч сверху и снизу в парах на месте	Принимают и передают мяч сверху и снизу в парах после перемещений
5. Включение в систему знаний и повторение	Выполнение нижней прямой подачи	Выполняют нижнюю прямую подачу по инструкции учителя и ориентируясь на образец выполнения	Выполняют нижнюю прямую подачу

6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выпрыгивание из глубокого приседа 10-12 раз	Выполняют двигательное упражнение 7 (м) ,5 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение 2 серии по 8(д)-12(м) раз
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 55

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	6		
Материально-техническое обеспечение	Волейбольные мячи		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Прием и передача мяча над собой сверху и снизу		
Цель	Ознакомление с техникой приема и передачи мяча над собой сверху и снизу		
Задачи	Коррекционно- образовательные: познакомить техникой передачи мяча сверху и снизу двумя руками, повторить стойку волейболиста, закрепить навыки владения мячомКоррекционно- развивающие: развивать координацию движений, ловкостьКоррекционно- воспитательные: формировать интерес к занятиям физической культурой, чувства ответственности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение ходьбы и бега	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют ходьбу и бег опираясь на образец выполнения обучающегося 2 группы	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют ходьбу и бег по инструкции учителя
3. Открытие новых знаний	Выполнение комплекса упражнений в движении	Выполняют 3-4 упражнения	Выполняют упражнения по показу учителя
4. Первичное закрепление материала	Выполнение приема и передачи мяча над собой сверху и снизу	Выполняют прием и передача мяча над собой сверху и снизу	Выполняют прием и передача мяча над собой сверху и снизу
5. Включение в систему знаний и повторение	Выполнение нижней прямой подачи	Выполняют нижнюю прямую подачу по инструкции учителя и ориентируясь на образец выполнения	Выполняют нижнюю прямую подачу
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выпрыгивание из глубокого приседа 10-12 раз	Выполняют двигательное упражнение 7 (м) ,5 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение 2 серии по 8(д)-12(м) раз
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 56

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Волейбольные мячи

Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Прыжки с места и с шага в высоту и длину (2-3 серии прыжков по 5-10 прыжков за урок). Учебная игра в волейбол		
Цель	Освоение техники владения мячом в игре волейбол		
Задачи	Коррекционно- образовательные: познакомить техникой передачи мяча сверху и снизу двумя руками, повторить стойку волейболиста, закрепить навыки владения мячом в игровой деятельностиКоррекционно- развивающие: развивать координацию движений, ловкостьКоррекционно- воспитательные: формировать интерес к занятиям физической культурой, чувства ответственности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение ходьбы и бега	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют ходьбу и бег опираясь на образец выполнения обучающегося 2 группы	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют ходьбу и бег по инструкции учителя
3. Открытие новых знаний	Выполнение комплекса упражнений в движении	Выполняют 3-4 упражнения	Выполняют упражнения по показу учителя
4. Первичное закрепление материала	Сочетание работу рук, ног в прыжках у сетки.Закрепление правил перехода по площадке	Прыгают вверх с места и с шага, у сетки (1-2 серии прыжков по 5-5 прыжков за урок)	Прыгают вверх с места и с шага, у сетки
5. Включение в систему знаний и повторение	Выполнение игровые действий соблюдая правила игры	Выполняют переход по площадке, играют в учебную игру (по возможности)	Выполняют переход по площадке, играют в учебную игру

6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выпрыгивание из глубокого приседа 10-12 раз	Выполняют двигательное упражнение 7 (м) ,5 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение 2 серии по 8(д)-12(м) раз
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 57

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	6		
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, набивной мяч весом 1 кг, секундомер		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Бег на короткую дистанцию 60 м с низкого старта		
Цель	Развитие двигательных качеств посредством бега на короткую дистанцию		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику низкого старта, повторить специально- беговые упражнения, закрепить броски набивного мяча.Коррекционно- развивающие: развивать двигательные качества — быстроту, координацию.Коррекционно-воспитательные: формировать интерес к занятиям физической культурой, чувства ответственности, дисциплинированности, организованности и самостоятельности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение беговых упражнений	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют специально-беговые упражнения	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют специально-беговые упражнения.
3. Открытие новых знаний	Выполнение ходьбы группами наперегонки.Выполнение перепрыгиваний через набивные мячи	Выполняют ходьбу группами наперегонки. Выполняют перепрыгивания через набивные мячи (расстояние 80-100см, длина 4 метра)	Выполняют ходьбу на перегонки.Выполняют перепрыгивания через набивные мячи (расстояние 80-100см, длина 5 метров)
4. Первичное закрепление материала	Выполнение бега с высокого старта, стартовый разбега и старта из различных исходных положений	Выполняют бег с высокого старта, стартовый разбега и старта из различных исходных положений	Выполняют бег с низкого старта, стартовый разбега и старта из различных исходных положений
5. Включение в систему знаний и повторение	Выполнение метания мяча в пол на дальность отскока	Выполняют метание мяча в пол на дальность отскока	Выполняют метание мяча в пол на дальность отскока
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выпрыгивание из глубокого приседа - 15р (м), 10р (д)	Выполняют двигательное упражнение 6 (м) ,4 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 58

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6

Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, мячи для метания, секундомер		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Бег на средние дистанции (400 м)		
Цель	Развитие скоростной выносливости		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику бега на среднюю дистанцию, повторить технику беговых упражнений, закрепить технику метания мяча.Коррекционно- развивающие: развивать **способность чувствовать темп бега.**Коррекционно-воспитательные: формировать интерес к занятиям физической культурой, чувства ответственности, дисциплинированности, организованности и самостоятельности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение беговых упражнений	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют специально-беговые упражнения	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют специально-беговые упражнения.
3. Открытие новых знаний	Выполнение ходьбы на отрезках от 100 до 200 м	Проходят отрезки от 100 до 200 м	Проходят отрезки от 100 до 200 м
4. Первичное закрепление материала	Выполнение бега на среднюю дистанцию	Выполняют кроссовый бег на дистанцию 200м	Выполняют кроссовый бег на дистанцию 400м

5. Включение в систему знаний и повторение	Выполнение метания малого мяча на дальность с места (коридор 10 м)	Выполняют метание малого мяча на дальность с места (коридор 10м)	Выполняют метание малого мяча на дальность с 3 шагов разбега (коридор 10м)
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выпрыгивание из глубокого приседа - 15р (м), 10р (д)	Выполняют двигательное упражнение 6 (м) ,4 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 59

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, мячи для метания, секундомер
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Прыжок в длину с полного разбега
Цель	Развитие координации движений
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать навык прыжка в длину с разбега, п технику беговых упражнений, закрепить технику метания мяча.Коррекционно- развивающие: развивать **способность чувствовать темп бега.**Коррекционно- воспитательные: формировать интерес к занятиям физической культурой, чувства ответственности, дисциплинированности, организованности и самостоятельности
Этапы урока	Содержание деятельности

	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение беговых упражнений	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют специально-беговые упражнения	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют специально-беговые упражнения.
3. Открытие новых знаний	Выполнение бега 60 м с ускорением и на время	Бегут 60 м с ускорением и на время	Бегут 60 м с ускорением и на время
4. Первичное закрепление материала	Выполнение упражнений в подборе разбега для прыжков в длину	Выполняют прыжок в длину с 3-5 шагов разбега	Выполняют прыжок в длину с полного разбега
5. Включение в систему знаний и повторение	Выполнение метания на дальность из-за головы через плечо с 4-6 шагов разбега	Выполняют метание на дальность из-за головы через плечо с 4-6 шагов разбега	Выполняют метание на дальность из-за головы через плечо с 4-6 шагов разбега
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: сгибание и разгибание рук в упоре стоя. - 2х17 (м) 2х14 (д)	Выполняют двигательное упражнение 6 (м) ,4 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 60

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6

Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, мячи для метания, секундомер		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Прыжок в длину с полного разбега		
Цель	Развитие координации движений		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать навык прыжка в длину с разбега, п технику беговых упражнений, закрепить технику метания мяча.Коррекционно- развивающие: развивать **способность чувствовать темп бега.**Коррекционно-воспитательные: формировать интерес к занятиям физической культурой, чувства ответственности, дисциплинированности, организованности и самостоятельности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение беговых упражнений	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют специально-беговые упражнения	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют специально-беговые упражнения.
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение бега 60 м с ускорением и на время	Бегут 60 м с ускорением и на время	Бегут 60 м с ускорением и на время
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Выполнение упражнений в подборе разбега для прыжков в длину	Выполняют прыжок в длину с 3-5 шагов разбега	Выполняют прыжок в длину с полного разбега

5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: сгибание и разгибание рук в упоре стоя. - 2х17 (м) 2х14 (д)	Выполняют двигательное упражнение 6 (м) ,4 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 61

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	6		
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, набивной мяч весом 2-3 кг, секундомер		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Толкание набивного мяча весом до 2-3 кг с места на дальность		
Цель	Развитие двигательных качеств посредством метания набивного мяча		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить технику метания набивного мяча, повторить беговые упражнения, закрепить технику бега на короткой дистанции.Коррекционно- развивающие: развивать двигательные качества — ловкость, быстроту, координацию.Коррекционно- воспитательные: формировать интерес к занятиям физической культурой, чувства ответственности, дисциплинированности, организованности и самостоятельности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания.Выполнение беговых упражнений	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют специально-беговые упражнения	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют специально-беговые упражнения.
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение бега 60 м с ускорением и на время	Выполняют бег на отрезке с ускорением 40 м	Бегут 60 м с ускорением и на время
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Выполнение броска набивного мяча, согласовывая движения рук и туловища	Бросают набивной мяч из положения сидя (весом 1 кг)	Бросают набивной мяч из различных исходных положений (весом 2-3 кг)
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: сгибание и разгибание рук в упоре стоя. - 2х17 (м) 2х14 (д)	Выполняют двигательное упражнение 8 (м) ,6 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 62

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, мячи для тенниса
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)

Тема	Метание теннисного мяча на дальность		
Цель	Формирование навыка метания теннисного мяча на дальность		
Задачи	Коррекционно- образовательные: **повторять технику выполнения метания мяча на дальность,** закреплять технику выполнения бега на короткую дистанциюКоррекционно- развивающие: развивать мелкую моторику рук, координацию движенийКоррекционно-воспитательные: формировать честность, доброжелательное отношение к товарищам		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение построений в шеренгу и перестроение в колонну	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют перестроения ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют перестроения по указанию учителя
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение бега на дистанции 40 м (3-6 раза) за урок, на 60м – 3 раза.Выполнение упражнений в подборе разбега для прыжков в длину	Выполнение бега на дистанции 40 м (2-4 раза) за урок, на 60м – 1 раз.Выполняют прыжок в длину с 3-5 шагов разбега	Выполнение бега на дистанции 40 м (3-6 раза) за урок, на 60м – 3 раза.Выполняют прыжок в длину с полного разбега
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Метание теннисного мяча на дальность с полного разбега по коридору 10 м	Выполняют метание малого мяча на дальность с места (коридор 10 м)	Выполняют метание малого мяча на дальность с полного разбега (коридор 10 м)

5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 3-4 упражнений для укрепления мышц туловища	Выполняют 1-2 упражнения для укрепления мышц туловища	Выполняют 3-4 упражнения для укрепления мышц туловища
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты

Урок 63

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	6		
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, мячи для тенниса		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Метание теннисного мяча на дальность		
Цель	Формирование навыка метания теннисного мяча на дальность		
Задачи	Коррекционно- образовательные: **повторять технику выполнения метания мяча на дальность,** закреплять технику выполнения бега на короткую дистанциюКоррекционно- развивающие: развивать мелкую моторику рук, координацию движенийКоррекционно-воспитательные: формировать честность, доброжелательное отношение к товарищам		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение построений в шеренгу и перестроение в колонну	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют перестроения ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют перестроения по указанию учителя
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение бега на дистанции 40 м (3-6 раза) за урок, на 60м – 3 раза.Выполнение упражнений в подборе разбега для прыжков в длину	Выполнение бега на дистанции 40 м (2-4 раза) за урок, на 60м – 1 раз.Выполняют прыжок в длину с 3-5 шагов разбега	Выполнение бега на дистанции 40 м (3-6 раза) за урок, на 60м – 3 раза.Выполняют прыжок в длину с полного разбега
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Метание теннисного мяча на дальность с полного разбега по коридору 10 м	Выполняют метание малого мяча на дальность с места (коридор 10 м)	Выполняют метание малого мяча на дальность с полного разбега (коридор 10 м)
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 3-4 упражнений для укрепления мышц туловища	Выполняют 1-2 упражнения для укрепления мышц туловища	Выполняют 3-4 упражнения для укрепления мышц туловища
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты

Урок 64

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6

Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, мячи для метания, секундомер		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Ходьба на скорость 15-20 мин. в различном темпе с изменением шага		
Цель	Развитие выносливости		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать **умения ходить в различном темпе** и во время ходьбы не задерживать дыхание, закрепить технику метания мячаКоррекционно- развивающие: **развивать** функцию дыхания и кровообращения, опорно-двигательного аппарата.Коррекционно- воспитательные: формировать интерес к занятиям физической культурой, чувства ответственности, дисциплинированности, организованности и самостоятельности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания	Демонстрируют выполнение домашнего задания	Демонстрируют выполнение домашнего задания
3. Включение изученного в систему знаний	Ходьба на скорость 15-20 мин. в различном темпе с изменением шага	Идут на скорость 10-15 мин. в различном темпе с изменением шага	Идут на скорость 15-20 мин. в различном темпе с изменением шага
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Метание мяча с полного разбега на дальность в коридор 10 м	Осваивают метание малого мяча на дальность с места (коридор 10 м)	Выполняют метание малого мяча на дальность с места (коридор 10 м)

5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: сгибание и разгибание рук в упоре стоя. - 2х17 (м) 2х14 (д)	Выполняют двигательное упражнение 6 (м) ,4 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 65

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	6		
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, мячи для метания, секундомер		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Ходьба на скорость 15-20 мин. в различном темпе с изменением шага		
Цель	Развитие выносливости		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать **умения ходить в различном темпе** и во время ходьбы не задерживать дыхание, закрепить технику метания мячаКоррекционно- развивающие: **развивать** функцию дыхания и кровообращения, опорно-двигательного аппарата.Коррекционно- воспитательные: формировать интерес к занятиям физической культурой, чувства ответственности, дисциплинированности, организованности и самостоятельности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания	Демонстрируют выполнение домашнего задания	Демонстрируют выполнение домашнего задания
3. Включение изученного в систему знаний	Ходьба на скорость 15-20 мин. в различном темпе с изменением шага	Идут на скорость 10-15 мин. в различном темпе с изменением шага	Идут на скорость 15-20 мин. в различном темпе с изменением шага
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Метание мяча с полного разбега на дальность в коридор 10 м	Осваивают метание малого мяча на дальность с места (коридор 10 м)	Выполняют метание малого мяча на дальность с места (коридор 10 м)
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: сгибание и разгибание рук в упоре стоя. - 2х17 (м) 2х14 (д)	Выполняют двигательное упражнение 6 (м) ,4 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 66

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, мячи для метания, секундомер
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Эстафета 4*60 м

Цель	**Ознакомление с техникой передачи эстафетной палочки**		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать навык эстафетного бега, повторить технику беговых упражнений, закрепить технику метания мяча.Коррекционно- развивающие: развивать **способность чувствовать темп бега.**Коррекционно- воспитательные: формировать интерес к занятиям физической культурой, чувства ответственности, дисциплинированности, организованности и самостоятельности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение беговых упражнений	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют специально-беговые упражнения	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют специально-беговые упражнения.
3. Открытие новых знаний	Освоение техники передачи эстафетной палочки	Выполняют эстафетный бег с этапами до 30 м	Пробегают эстафету (4 * 60 м)
4. Первичное закрепление материала	Выполнение эстафетного бега	Выполняют передачу эстафетной палочки	Выполняют эстафету
5. Включение в систему знаний и повторение	Выполнение метания на дальность из-за головы через плечо с 4-6 шагов разбега	Выполняют метание на дальность из-за головы через плечо с 4-6 шагов разбега	Выполняют метание на дальность из-за головы через плечо с 4-6 шагов разбега
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: сгибание и разгибание рук в упоре стоя. - 2х17 (м) 2х14 (д)	Выполняют двигательное упражнение 6 (м) ,4 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение

7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 67

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	6		
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, мячи для метания, секундомер		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Эстафета 4*60 м		
Цель	**Ознакомление с техникой передачи эстафетной палочки**		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать навык эстафетного бега, повторить технику беговых упражнений, закрепить технику метания мяча.Коррекционно- развивающие: развивать **способность чувствовать темп бега.**Коррекционно-воспитательные: формировать интерес к занятиям физической культурой, чувства ответственности, дисциплинированности, организованности и самостоятельности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение беговых упражнений	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют специально-беговые упражнения	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют специально-беговые упражнения.
3. Включение изученного в систему знаний	Освоение техники передачи эстафетной палочки.Выполнение эстафетного бега	Выполняют эстафетный бег с этапами до 30 м	Пробегают эстафету (4 * 60 м)
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Выполнение метания на дальность из-за головы через плечо с 4-6 шагов разбега	Выполняют метание на дальность из-за головы через плечо с 4-6 шагов разбега	Выполняют метание на дальность из-за головы через плечо с 4-6 шагов разбега
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: сгибание и разгибание рук в упоре стоя. - 2х17 (м) 2х14 (д)	Выполняют двигательное упражнение 6 (м) ,4 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 68

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, мячи для метания, секундомер
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Кроссовый бег до 2000 м
Цель	**Ознакомление с техникой кроссового бега**

Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать технику бега на длинной дистанции, повторить технику беговых упражнений, закрепить технику метания мяча.Коррекционно- развивающие: развивать **способность чувствовать темп бега.**Коррекционно-воспитательные: формировать интерес к занятиям физической культурой, чувства ответственности, дисциплинированности, организованности и самостоятельности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение беговых упражнений	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют специально-беговые упражнения	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют специально-беговые упражнения.
3. Открытие новых знаний	Ознакомление с тактикой бега на длинной дистанции	Бегут кросс на дистанции 1,5 км	Бегут кросс на дистанции 2 км
4. Первичное закрепление материала	Выполнение метания на дальность из-за головы через плечо с 4-6 шагов разбега	Выполняют метание на дальность из-за головы через плечо с 4-6 шагов разбега	Выполняют метание на дальность из-за головы через плечо с 4-6 шагов разбега
5. Включение в систему знаний и повторение	Метание мяча на дальность	Произвольно метают мяч	Метают на результат
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: сгибание и разгибание рук в упоре стоя. - 2х17 (м) 2х14 (д)	Выполняют двигательное упражнение 6 (м) ,4 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее ФАООП УО, вариант (1), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. №1026 (http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202212300059) и адресована обучающимся с нарушением интеллекта с учетом реализации особых образовательных потребностей.

Учебный предмет «Адаптивная физическая культура» относится к предметной области «Физическая культура» и является обязательной частью учебного плана. В соответствии с учебным планом рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 7 классе рассчитана на 34 учебные недели и составляет 68 часов в год (2 часа в неделю).

Также основой нормативно-правовой базы являются следующие документы:

- Методические рекомендации «Организация образования обучающихся с нарушениями интеллекта с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий», г. Москва, 2026 год;

- АООП, 1 вариант, 2 вариант МКОУ «Ножовская школа-интернат VIII вида», разработанной, 31.08.2023 г.;

-Учебный план МКОУ «Ножовская школа-интернат VIII вида», утвержденный 31.08.2026 года;

-Календарный учебный график на 2026-2027 учебный год, утвержденный приказом от 17.08.2026 ОД-100.

Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа определяет цель и задачи учебного предмета «Адаптивная физическая культура».

Цель обучения – всестороннее развитие личности обучающихся с нарушением интеллекта в процессе приобщения их к физической культуре; коррекция недостатков психофизического развития; развитие индивидуальных двигательных возможностей; создание условий для социальной адаптации.

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 7 классе определяет следующие задачи:

– формирование потребности в систематических занятиях физической культурой, доступными видами спорта;

– формирование основных двигательных качеств: быстрота, сила, ловкость и др.;

– развитие у обучающихся умения следить за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, адекватно их дозировать;

– формирование умений ходить и бегать в различном темпе, во время бега и ходьбы не задерживать дыхание; выполнять ускорения на отрезках от 40-до 60 м;

– формирование умений выполнять прыжок в длину способом «согнув ноги с полного разбега»;

– совершенствование умений метания мяча (на дальность, в цель);

– совершенствование техники выполнения строевых команд и перестроений;

– совершенствование умений сохранять равновесие во время выполнения заданий на гимнастической скамейке и гимнастической стенке;

– совершенствование умений выполнять самостоятельно комплекс общеразвивающих упражнений;

– совершенствование умений перелезать через препятствие и подлезать под препятствие различными способами (в зависимости от высоты препятствия);

– совершенствования умений передвигаться на лыжах;

– формирование мотивации к здоровому образу жизни;

– совершенствование техники и приемов в спортивных играх;

– коррекция недостатков познавательной сферы и психомоторного развития;

– развитие и совершенствование волевой сферы;

– воспитание нравственных качеств и свойств личности.

II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

Содержание учебного предмета «Адаптивная физическая культура» отражено в следующих разделах: «Гимнастика», «Легкая атлетика», «Лыжная подготовка», «Спортивные игры». В каждом из разделов выделено два взаимосвязанных подраздела: «Теоретические сведения» и «Практический материал».

В разделе «Гимнастика» кроме построений и перестроений широко используются физические упражнения с предметами и без предметов.

В раздел «Легкая атлетика» включены традиционные виды: ходьба, бег, прыжки, метание, которые способствуют развитию физических качеств обучающихся (силы, ловкости, быстроты).

Освоение раздела «Лыжная подготовка» направлено на дальнейшее совершенствование навыков владения лыжами, которые способствуют коррекции психомоторной сферы школьников с нарушением интеллекта. В тех регионах, где климатические условия не позволяют систематически заниматься лыжной или конькобежной подготовками, следует заменить их занятиями гимнастикой, легкой атлетикой, подвижными играми. Но в этом случае следует проводить уроки физкультуры не только в условиях спортивного зала, но и на свежем воздухе.

Особое место в системе уроков по физической культуре занимают разделы «Подвижные игры» и «Спортивные игры», которые не только способствуют укреплению здоровья обучающихся и развитию у них необходимых физических качеств, но и формируют навыки коллективного взаимодействия. В 7 классе обучающиеся продолжают знакомиться с доступными видами спортивных игр: волейболом, баскетболом, настольным теннисом, хоккеем на полу (последнее может использоваться как дополнительный материал), изучают их правила, участвуют в учебных играх, организованных учителем на уроках.

Обучение учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 7 классе направлено на всестороннее развитие подростка, развитие его потенциальных возможностей. В процессе проведения уроков адаптивной физической культуры применяются общепедагогические и специальные методы и технологии физического воспитания (метод упражнений, игровой метод, соревновательный метод и др.). На уроках «Адаптивная физическая культура» учитель организует:

– беседы о значении физических упражнений для повышения качества здоровья, по технике безопасности во время занятий физической культурой и спортом, о видах спорта, спортивных играх и др. в соответствии с программой;

– выполнение физических упражнений на основе демонстрации их выполнения учителем;

– выполнение физических упражнений по словесной инструкции учителя;

– самостоятельное выполнение упражнений;

– занятия в тренирующем режиме;

– развитие двигательных качеств в процессе занятий гимнастикой, легкой атлетикой, формирование двигательных умений и навыков в процессе подвижных игр.

Уроки физической культуры строятся с учетом знаний структуры дефекта каждого обучающего, всех его потенциальных возможностей.

Таблица 1. Основное содержание учебного предмета ««Адаптивная физическая культура» в 7 классе.

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов
1	Теоретические сведения о физической культуре	В процессе обучения (в течение учебного года)
2	Гимнастика	14
3	Легкая атлетика	20
4	Лыжная подготовка	16
5	Спортивные игры	18
	Итого	68

III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты

– осознает себя гражданином России; демонстрирует чувство гордости за свою Родину;

– владеет навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;

– демонстрирует навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в соревновательной и игровой деятельности.

– владеет знаниями правил безопасного, здорового образа жизни и отдельными навыками их выполнения;

– проявляет интерес к физической культуре и спорту, демонстрирует потребность в систематических занятиях физической культурой и доступными видами спорта;

– имеет адекватные представления о собственных возможностях,

– владеет социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;

– на доступном уровне способен к осмыслению социального окружения, своего места в нем;

– принимает и осваивает социальную роль обучающегося, демонстрирует (на доступном уровне) социально значимые мотивы учебной деятельности.

– проявляет уважительное отношение к спортивным результатам других людей, сверстников;

– сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к физической культуре, работе на результат;

– проявляет чувства доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, сопереживания к чувствам других людей;

– проявляет чувство гордости за успехи, достигнутые в соревнованиях различного уровня, как собственные, так и своих товарищей.

Уровни достижения

предметных результатов по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» на конец 7 класса

Предметные результаты

минимальный уровень

• имеет элементарные представления о физической культуре как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

• выполняет комплексы утренней гимнастики (под руководством учителя);

• знает основные правила поведения на уроках физической культуры и осознанно их применяет;

• имеет представления о двигательных действиях; знает строевые команды и выполняет строевые действия по словесной инструкции;

• умеет вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;

• ходит в различном темпе с различными исходными положениями;

• имеет представления о видах двигательной активности, направленных на развитие основных физических качеств в процессе участия в спортивных играх и эстафетах;

• взаимодействует со сверстниками в организации и проведении спортивных игр, соревнований;

• имеет представления о бережном обращении с инвентарём и оборудованием;

• соблюдает требования техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

достаточный уровень

• осваивает на доступном уровне элементы гимнастики, легкой атлетики, лыжной подготовки, спортивных игр и других видов физической культуры;

• самостоятельно выполняет комплекс упражнений утренней гимнастики;

• выполняет комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; участвует в оздоровительных занятиях, включенных в режим дня;

• умеет подавать строевые команды, вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;

• участвует со сверстниками в спортивных играх и эстафетах;

• умеет оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам в процессе участия в спортивных играх и соревнованиях; осуществляет их объективное судейство;

• знает отдельные спортивные традиции своего народа и других народов;

• знает некоторые факты из истории развития физической культуры, понимает её роль и значение в жизнедеятельности человека;

• знает способы использования различного спортивного инвентаря в основных видах двигательной активности;

• знает правила техники выполнения двигательных действий;

• знает физические упражнения различной целевой направленности, выполняет их с заданной дозировкой нагрузки;

• соблюдает требования техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

Результаты формирования базовых учебных действий:

Личностные учебные действия:

На основе представлений и элементарных знаний (на доступном уровне):

• испытывает чувство гордости за свою страну;

• бережно относится к культурно-историческому наследию родного края и страны;

• активно включается в общеполезную социальную деятельность.

Коммуникативные учебные действия:

В ситуации взаимодействия, организованной учителем:

• вступает и поддерживает коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия (учебных, трудовых, бытовых и др.);

• слушает собеседника, вступает в диалог и поддерживает его;

• использует доступные источники и средства получения информации для решения коммуникативных и познавательных задач.

Регулятивные учебные действия:

При совместной, организованной учителем деятельности:

• принимает и сохраняет цели и задачи учебных и практических заданий и упражнений, находит адекватный способ их решения;

• обладает готовностью к осуществлению взаимного контроля в совместной деятельности и самоконтроля собственной деятельности;

• адекватно реагирует на внешний контроль и оценку, корректирует в соответствии с ней свою деятельность.

Познавательные учебные действия:

На уроке в учебной деятельности, организованной учителем и под его контролем:

• дифференцированно воспринимает окружающий мир, его временно-пространственную организацию;

• использует усвоенные логические операции (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию, установление аналогий, закономерностей, причинно-следственных связей) на наглядном, доступном вербальном материале, в практической деятельности (в соответствии с индивидуальными возможностями);

• использует в жизни и деятельности некоторые межпредметные знания, отражающие несложные, доступные существенные связи и отношения между объектами, явлениями и процессами.

IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Тема учебного занятия	Кол-во часов	Программное содержание	Дифференциация видов деятельности	
				Минимальный уровень	Достаточный уровень
Легкая атлетика					
1	Инструктаж по технике безопасности на уроках легкой атлетики. Ходьба в различном темпе	1	Беседа о правилах техники безопасности на занятиях легкой атлетикой. Выполнение упражнений в ходьбе в определенном темпе. Преодоление полосы препятствий. Метание мяча в вертикальную цель.	Слушают инструктаж о правилах поведения на уроках легкой атлетики, отвечают на вопросы учителя Выполняют ходьбу с заданиями (по инструкции учителя). Выполняют бег с преодолением препятствий (высота 10-30 см). Выполняют метание мяча в вертикальную цель (с опорой на показ учителя).	Слушают инструктаж о правилах поведения на уроках легкой атлетики, отвечают на вопросы, рассказывают о безопасном поведении во время занятий. Выполняют ходьбу совместно с упражнениями (по инструкции учителя). Выполняют бег с преодолением препятствий (высота 30-40 см). Выполняют метание мяча в вертикальную цель.
2	Значение ходьбы для укрепления здоровья человека. Продолжительная ходьба (15-20 мин) в различном темпе с изменением шага	1	Определение оптимального двигательного режима для своего возраста. Выполнение продолжительной ходьбы в различном темпе, сохраняя правильное положение тела в движении. Метание мяча в вертикальную цель. Выполнение прыжков через скакалку.	Рассматривают слайды мультимедийной учебной презентации «Значение ходьбы для укрепления здоровья человека». Выполняют продолжительную ходьбу (10-15 мин). Выполняют метание мяча в вертикальную цель (с опорой на показ учителя).	Рассматривают слайды мультимедийной учебной презентации «Значение ходьбы для укрепления здоровья человека», обсуждают, отвечают на вопросы учителя. Выполняют продолжительную ходьбу (15-20 мин). Метают мяч в вертикальную цель.

				Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе.	Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе.
3	Бег с переменной скоростью (до 5 мин)	1	Выполнение упражнений в ходьбе в определенном темпе. Выполнение бега легко и свободно, не задерживая дыхание. Выполнение прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание».	Выполняют задания в процессе ходьбы (с опорой на показ учителя). Выполняют бег с переменной скоростью (до 4 мин). Выполняют прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание».	Выполняют задания в процессе ходьбы (по инструкции учителя) Выполняют бег с переменной скоростью до 5 мин. Выполняют прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание».
4	Запрыгивание на препятствие высотой до 50-60 см	1	Выполнение бега на отрезке 30м с ускорением. Выполнение запрыгивания на препятствие. Выполнение метания мяча на дальность из-за головы через плечо.	Выполняют бег на отрезке 30 м без ускорения. Запрыгивают и спрыгивают с препятствия высотой до 50 см. Метают мяч на дальность из-за головы через плечо с места. (с опорой на показ учителя).	Выполняют бег на отрезке 30м с ускорением Запрыгивают на препятствие высотой 60 см. Метают мяч на дальность из-за головы через плечо с 4-6 шагов с разбега.
5	Бег на отрезках до 60 м	1	Освоение названий беговых упражнений и последовательности их выполнения. Выполнение беговых упражнений. Выполнение быстрого бега на отрезке 60м.	Повторяют за учителем названия беговых упражнений. Выполняют различные виды ходьбы. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений (с опорой на показ учителя).. Выполняют беговые упражнения, бегут с ускорением на отрезках до 60 м -1 раз.	Повторяют за учителем названия беговых упражнений. Выполняют различные виды ходьбы. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений (по инструкции учителя). Выполняют беговые упражнения, бегут с ускорением на отрезках до 60 м -2-3 раза.

6	Метание набивного мяча (2-3 кг) двумя руками снизу, из-за головы, через голову	1	Выполнение беговых упражнений. Выполнение бега 60 м (на время). Выполнение броска набивного мяча, согласовывая движения рук и туловища. Метание мяча на дальность.	Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках). Бегут на 60 м. Выполняют бросок набивного мяча снизу (с опорой на показ учителя).	Выполняют ходьбу в колонне по одному разными способами (на носках, на пятках). Бегут на 60 м. на время. Бросают набивной мяч различными способами (при необходимости с опорой на показ учителя)
7	Бег на короткую дистанцию (60-80 м) с низкого старта.	1	Выполнение беговых упражнений. Повторение понятия «низкий старт». Демонстрирование техники стартового разгона, переходящего в бег на дистанции. Выполнение броска набивного мяча, согласовывая движения рук и туловища.	Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках). Выполняют комплекс беговых упражнений (с опорой на показ учителя). Смотрят демонстрацию техники выполнения низкого старта. Выполняют технику стартового разгона, переходящего в бег на дистанции 60 м. Выполняют бросок набивного мяча снизу (с опорой на показ учителя).	Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках, перекатом с пятки на носок, с выпадом). Выполняют комплекс беговых упражнений (с опорой на показ учителя). Смотрят демонстрацию техники выполнения низкого старта. Выполняют технику стартового разгона, переходящего в бег на дистанции 80 м. Бросают набивной мяч различными способами (при необходимости с опорой на показ учителя)
8	Бег на среднюю дистанцию (300 м).	1	Выполнение беговых упражнений. Выполнение бега на среднюю дистанцию, распределяя свои силы. Метание мяча на дальность.	Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках). Выполняют комплекс беговых упражнений (с опорой на показ учителя).	Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках, перекатом с пятки на носок, с выпадом). Выполняют комплекс беговых упражнений.

				Выполняют кроссовый бег до 300 м (допускается смешанное передвижение). Метают мяч на дальность.	Выполняют кроссовый бег на дистанцию до 300 м (девочки) и на 500 м (мальчики). Метают мяч на дальность.
Спортивные игры					
9-10	Передача мяча двумя руками от груди в парах с продвижением вперед.	2	Выполнение стойки баскетболиста. Передачи мяча двумя руками от груди с шагом навстречу друг другу. Выполнение ведения мяча на месте и в движении.	Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках). Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений (с опорой на показ учителя). Отрабатывают стойку баскетболиста. Работают в парах. Останавливаются по сигналу учителя, выполняют повороты на месте с мячом в руках, передают и ловят мяч двумя руками от груди в парах на месте (с опорой на показ учителя). Ведут мяч одной рукой на месте и в движении шагом.	Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках, перекатом с пятки на носок, с выпадом). Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Отрабатывают стойку баскетболиста. Работают в парах. Останавливаются по сигналу учителя, выполняют повороты на месте с мячом в руках, передают и ловят мяч двумя руками от груди в парах (с опорой на показ учителя). Ведут мяч одной рукой на месте и в движении шагом.
11-12	Ведение мяча с обводкой препятствий	2	Выполнение передвижений без мяча. Выполнение ведения мяча с обводкой условных противников. Выполнение передачи мяча двумя руками от груди в парах с продвижением вперед.	Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках). Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений (с опорой на показ учителя). Выполняют передвижение без мяча.	Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках, перекатом с пятки на носок, с выпадом). Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений.

				Выполняют ведение мяча с обводкой условных противников (с помощью учителя). Передают мяч двумя руками от груди в парах с продвижением вперед.	Выполняют передвижение без мяча. Ведут мяч с обводкой условных противников. Передают мяч двумя руками от груди в парах с продвижением вперед.
13	Ведение мяча с изменением направления	1	Выполнение ловли и передачи мяча в движении в парах. Выполнение ведения мяча с изменением направления шагом и бегом.	Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках). Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений (с опорой на показ учителя). Передают мяч двумя и одной рукой в парах на месте. Ведут мяч одной рукой на месте, в движении шагом.	Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках, перекатом с пятки на носок, с выпадом). Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Передают мяч двумя и одной рукой в парах, тройках в движении. Ведут мяч одной рукой на месте, в движении шагом.
14	Бросок мяча по корзине двумя руками от груди с места	1	Выполнение передачи мяча двумя и одной рукой в парах, тройках в движении. Выполнение бросков по корзине двумя руками от груди с места, демонстрирование элементов техники баскетбола. Эстафета с элементами баскетбола.	Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках). Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений (с опорой на показ учителя). Передают мяч с продвижением вперед двумя руками и бросают мяч в корзину двумя руками от груди с места (после инструкции учителя). Принимают участие в эстафете.	Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках, перекатом с пятки на носок, с выпадом). Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Передают мяч двумя и одной рукой в парах, тройках, с продвижением вперед. Бросают мяч в корзину двумя руками от груди с места.

					Принимают участие в эстафете.
15-16	Броски мяча в корзину в движении от груди	2	Выполнение ведения мяча с передачей, с последующим броском в кольцо. Тренировочные упражнения на подбирание отскочившего мяча.	Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках). Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений (с опорой на показ учителя). Выполняют ведение мяча с передачей. Бросают мяч в кольцо. Подбирают мяч после броска в кольцо.	Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках, перекатом с пятки на носок, с выпадом). Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Выполняют ведение мяча с передачей, с последующим броском в кольцо. Подбирают мяч после броска в кольцо.
17-18	Комбинации из основных элементов техники перемещения и владения мячом. Учебная игра (по упрощенным правилам)	2	Выполнение упражнений с набивными мячами: броски мяча с близкого расстояния, с разных позиций и расстояния. Выполняют ведение мяча с передачей, с последующим броском в кольцо. Учебная игра (по упрощенным правилам).	Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках). Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений (с опорой на показ учителя). Выполняют упражнения с набивными мячами. Ведут, бросают, подбирают мяч в процессе учебной игры.	Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках, перекатом с пятки на носок, с выпадом). Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Выполняют упражнения с набивными мячами. Ведут, бросают, подбирают мяч в процессе учебной игры.
Гимнастика					
19	Перестроение из колонны по одному в колонну по два на месте	1	Выполнение строевых действий согласно расчету и команде.	Выполняют строевые действия под щадящий счёт. Сочетают ходьбу и бег в колонне.	Выполняют строевые действия. Сочетают ходьбу и бег в колонне.

			Освоение перестроения из колонны по одному в колонну по два на месте. Тренировочные упражнения сочетание ходьбы и бега (в колонне). Выполнение упражнений со скакалкой. Выполнение прыжков через скакалку на месте в равномерном темпе.	Выполняют упражнения со скакалкой (с опорой на показ учителя). Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе на двух ногах (произвольным способом).	Выполняют упражнения со скакалкой. Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе на двух ногах, на одной ноге (произвольным способом).
20	Повороты направо, налево, кругом (переступанием)	1	Ориентирование в пространстве. Сохранение равновесия при движении по скамейке. Выполнение перестроений на месте. Прыжки через скакалку на одной ноге, на двух ногах.	Выполняют строевые действия под щадящий счёт. Выполняют перестроение из колонны по одному в колонну по два на месте. Выполняют ходьбу по гимнастической скамейке с различными положениями рук (с помощью учителя). Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе на двух ногах (произвольным способом).	Выполняют строевые действия. Выполняют перестроение из колонны по одному в колонну по два на месте. Выполняют ходьбу по гимнастической скамейке с различными положениями рук. Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе на двух ногах, на одной ноге (произвольным способом).
21	Упражнения на преодоление сопротивления	1	Выполнение строевых действий и команд. Тренировочные упражнения на изменение скорости передвижения при ходьбе/ беге. Выполнение упражнений на преодоление сопротивления.	Выполняют строевые команды и действия под щадящий счёт. Изменяют скорость передвижения при ходьбе/ беге. Выполняют комплекс упражнений на преодоление сопротивления (с порой на показ учителя, под контролем учителя).	Выполняют строевые команды и действия. Изменяют скорость передвижения при ходьбе/беге. Выполняют комплекс упражнений на преодоление сопротивления (по инструкции учителя).

22	Упражнения на развитие ориентации в пространстве	1	Выполнение ходьбы «змейкой», «противоходом». Выполнение комплекса упражнений со сложенной скакалкой в различных исходных положениях. Прыжки через скакалку на двух ногах и на одной ноге.	Выполняют ходьбу «змейкой», «противоходом». Выполняют комплекс упражнений со скакалкой (с опорой на показ учителя). Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе на двух ногах (произвольным способом).	Выполняют ходьбу «змейкой», «противоходом». Выполняют комплекс упражнений со скакалкой. Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе на двух ногах, на одной ноге (произвольным способом).
23	Упражнения на укрепление мышц туловища, рук и ног	1	Выполнение фигурной маршировки. Выполнение комплекса упражнений на укрепление мышц туловища, рук и ног.	Выполняют фигурную маршировку за другим обучающимися, ориентируясь на образец выполнения впереди идущего. Выполняют комплекс упражнений (с дифференцированной помощью учителя).	Выполняют фигурную маршировку. Выполнение комплекса упражнений на укрепление мышц туловища, рук и ног (по инструкции учителя)
24	Упражнения с сопротивлением	1	Выполнение комплекса упражнений с элементами единоборств. Сохранение равновесия при движении по скамейке.	Выполняют комплекс упражнений с сопротивлением (3-5 упражнений) с опорой на показ учителя и под его контролем. Выполняют упражнения на равновесие на скамейке: повороты с различными движениями рук, с хлопками под ногой, повороты на носках, прыжки с продвижением вперед (на полу).	Выполняют комплекс упражнений с сопротивлением. Выполняют упражнения на равновесие на скамейке: повороты с различными движениями рук, с хлопками под ногой, повороты на носках, прыжки с продвижением вперед (на полу).
25	Упражнения с гимнастическими палками	1	Согласование движения палки с движениями туловища, рук, ног. Составление и выполнение комбинации на скамейке.	Выполняют 4-6 упражнений с гимнастической палкой (с опорой на показ учителя).	Выполняют упражнения с гимнастической палкой. Составляют и демонстрируют комбинацию на скамейке (с помощью учителя).

				Выполняют доступные упражнения на равновесие на скамейке.	
26 -27	Опорный прыжок	2	Выполнение прыжка согнув ноги через козла, коня в ширину. Преодоление нескольких препятствий различными способами.	Выполняют наскок в стойку на коленях. Преодолевают несколько препятствий (с помощью учителя).	Выполняют опорный прыжок ноги врозь через козла, коня в ширину (с помощью учителя). Преодолевают несколько препятствий.
28	Упражнения для формирования правильной осанки	1	Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений. Переноска 2- 3 набивных мячей (весом до 7-8 кг). Переноска гимнастического коня, козла, матов на расстояние до 15 м. Выполнение прыжка согнув ноги через козла, коня в ширину.	Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений (с опорой на показ учителя). Переносят 1- 2 набивных мячей (весом до 5-6 кг). Переносят гимнастического коня, козла, маты на расстояние до 10 м. Выполняют наскок в стойку на коленях (с помощью учителя).	Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Переносят 2- 3 набивных мяча (весом до 7-8 кг). Переносят гимнастического коня и козла, маты на расстояние до 15 м. Выполняют опорный прыжок ноги врозь через козла, коня в ширину (с помощью учителя).
29	Упражнения со скакалкой	1	Выполнение упражнений со скакалкой. Выполнение прыжковых упражнений с точностью прыжка.	Выполняют упражнения со скакалкой (с опорой на показ учителя). Выполняют прыжковые упражнения (с опорой на показ учителя и под контролем учителя).	Выполняют упражнения со скакалкой (с опорой инструкцию учителя). Выполняют прыжковые упражнения ((с опорой на показ учителя).
30	Упражнения с гантелями	1	Выполнение упражнений с гантелями.	Выполняют упражнения с гантелями (с опорой на показ учителя).	Выполняют упражнения с гантелями (с опорой на инструкцию учителя).

			Выполнение прыжковых упражнений с точностью прыжка.	Выполняют прыжковые упражнения (под контролем учителя).	Выполняют прыжковые упражнения.
31-32	Упражнения для развития пространственно- временной дифференцировки и точности движений.	2	Выполнение построения в колонну по два, соблюдая заданное расстояние. Выполнение прыжка в длину с места на заданное расстояние. Передача набивного мяча сидя, стоя из одной руки в другую над головой.	Выполняют построение в колонну по два, соблюдая заданное расстояние (по ориентирам). Прыгают в длину с места на заданное расстояние. Передают набивной мяч сидя, стоя из одной руки в другую над головой.	Выполняют построение в колонну по два, соблюдая заданное расстояние. Прыгают в длину с места на заданное расстояние. Передают набивной мяч сидя, стоя из одной руки в другую над головой.
Лыжная подготовка					
33	Техника безопасности и правила поведения на уроках лыжной подготовки. Одновременный бесшажный ход	1	Беседа о правилах обращения с лыжным инвентарем и техники безопасности на занятиях лыжной подготовкой. Выполнение строевых действий с лыжами. Беседа о технике безопасности во время передвижений с лыжами под рукой и на плече. Передвижение скользящим шагом по лыжне. Освоение и совершенствование техники одновременного бесшажного хода.	Принимают участие в беседе по технике безопасности. Смотрят показ с объяснением безопасного передвижения с лыжами под рукой и на плече. Совершенствуют технику выполнения строевых команд и приемов. Смотрят показ с объяснением техники одновременного бесшажного хода и выполняют передвижение на лыжах.	Принимают участие в беседе по технике безопасности, отвечают на вопросы учителя о правилах обращения с лыжным инвентарем. Смотрят показ с объяснением безопасного передвижения с лыжами под рукой и на плече. Совершенствуют технику выполнения строевых команд и приемов. Смотрят показ с объяснением техники одновременного бесшажного хода и выполняют передвижение на лыжах.

34-35	Одновременный двухшажный ход	2	Совершенствование техники одновременного бесшажного хода на лыжах. Передвижение одновременным бесшажным ходом. Освоение и совершенствование техники одновременного двухшажного хода.	Передвигаются по лыжне одновременным бесшажным ходом. Смотрят показ с объяснением техники одновременного двухшажного хода и выполняют передвижение на лыжах. Передвигаются двухшажным ходом.	Передвигаются по лыжне одновременным бесшажным ходом. Смотрят показ с объяснением техники одновременного двухшажного хода и выполняют передвижение на лыжах. Передвигаются двухшажным ходом. .
36-37	Поворот махом на месте	2	Закрепление способов передвижения на лыжах. Выполнение поворота махом на лыжах.	Выполняют поворот махом на месте на лыжах (по инструкции и показу учителя). Выполняют передвижение на лыжах изученными ходами.	Выполняют поворот махом на месте на лыжах. Выполняют передвижение на лыжах изученными ходами.
38-39	Комбинированное торможение лыжами и палками	2	Освоение способа торможения на лыжах. Передвижение попеременным и одновременным двухшажным ходом.	Смотрят показ с объяснение техники выполнения торможения. Демонстрируют комбинированное торможение лыжами и палками (с помощью учителя). Выполняют передвижение на лыжах изученными ходами.	Смотрят показ с объяснение техники выполнения торможения. Выполняют комбинированное торможение лыжами и палками. Выполняют передвижение на лыжах изученными ходами.
40	Правильное падение при прохождении спусков	1	Выполнение способа торможения на лыжах. Освоение техники падения на бок при прохождении спусков.	Демонстрируют комбинированное торможение лыжами и палками (с помощью учителя).	Выполняют комбинированное торможение лыжами и палками. Смотрят показ с объяснением техники правильного падения при прохождении спусков.

				Смотрят показ с объяснением техники правильного падения при прохождении спусков. Выполняют спуски в средней стойке.	Выполняют подъем «лесенкой», «ёлочкой», имитируют и тренируют падение при прохождении спусков.
41-42	Передвижение в быстром темпе на отрезках 40-60 м	2	Тренировочные упражнения на комбинированное торможение на лыжах. Прохождение на лыжах отрезков на скорость.	Демонстрируют комбинированное торможение лыжами и палками (с помощью учителя). Передвигаются в быстром темпе на отрезке от 30- 40 м.	Выполняют комбинированное торможение лыжами и палками. Передвигаются в быстром темпе на отрезке от 40- 60 м.
43-44	Передвижение в быстром темпе по кругу 100-150 м	2	Выполнение поворота махом на лыжах. Сохранение равновесия при спуске со склона в высокой стойке, закрепление изученной техники подъема. Передвижение в быстром темпе на дистанции.	Выполняют поворот махом на месте на лыжах (по инструкции и показу учителя). Проходят на скорость отрезок на время от 100- 150 м (девочки- 1 раз, мальчики- 2 раза).	Выполняют поворот махом на месте на лыжах. Проходят на скорость отрезок на время от 100- 150 м (девочки- 3-5 раз, мальчики- 5-7 раз).
45	Игры на лыжах: «Пятнашки простые», «Самый меткий»	1	Совершенствование техники передвижения без палок, развитие ловкости в играх на лыжах.	Принимают участие в играх на лыжах.	Играют в игры на лыжах.
46	Игры на лыжах: «Переставь флажок», «Попади в круг», «Кто быстрее», «Следи за сигналом»	1	Освоение техники изученных способов передвижения на лыжах в игровой деятельности.	Принимают участие в играх на лыжах.	Играют в игры на лыжах.
47-48	Прохождение на лыжах от 1 до 2 км	2	Прохождение дистанции на лыжах.	Проходят дистанцию без учета времени 1 км.	Проходят дистанцию без учета времени 2 км.

Спортивные игры					
49	Техника отбивания мяча то одной, то другой стороной ракетки	1	Жонглирование теннисным мячом, выполнение отбивания мяча то одной то другой стороной ракетки. Передвижение у теннисного стола, выполнение ударов со стандартных положений.	Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках). Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений (с опорой на показ учителя). Выполняют прием и передачу мяча теннисной ракеткой.	Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках, перекатом с пятки на носок, с выпадом). Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений Выполняют прием и передачу мяча теннисной ракеткой. Дифференцируют разновидности ударов
50	Правильная стойка теннисиста, техника короткой и длинной подачи мяча	1	Определение названия подачи. Выполнение подачи мяча, принимая правильное исходное положение.	Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках). Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений (с опорой на показ учителя). Выполняют правильную стойку теннисиста и подачу мяча (с помощью учителя).	Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках, перекатом с пятки на носок, с выпадом). Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Выполняют правильную стойку теннисиста и подачу мяча (с опорой на показ учителя). Дифференцируют разновидности подач.
51	Техника отбивания мяча над столом, за ним и дальше от него	1	Выполнение правильной стойки теннисиста. Тренировка техники отбивания мяча.	Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках). Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений (с опорой на показ учителя).	Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках, перекатом с пятки на носок, с выпадом). Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений.

				Осваивают стойку теннисиста (с опорой на показ учителя). Выполняют отбивание мяча.	Принимают правильную стойку теннисиста (с опорой на показ учителя). Выполняют отбивание мяча.
52	Правила соревнований по настольному теннису.	1	Ознакомление с правилами соревнований по настольному теннису. Концентрирование внимания во время игры. Учебная игра в настольный теннис.	Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках). Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений (с опорой на показ учителя). Смотрят видеоматериал по теме урока «Правила соревнований по настольному теннису», отвечают на вопросы по его содержанию. Принимают участие в учебной игре.	Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках, перекатом с пятки на носок, с выпадом). Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Рассматривают видеоматериал по теме «Правила соревнований по настольному теннису», принимают участие в его обсуждении. Принимают участие в учебной игре.
53	Передача мяча в волейболе сверху и снизу двумя руками (на месте)	1	Закрепление техники передачи мяча сверху и снизу двумя руками (на месте).	Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках). Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений (с опорой на показ учителя). Выполняют прием и передачу мяча снизу и сверху, передачу двумя руками (на месте)	Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках, перекатом с пятки на носок, с выпадом). Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Выполняют прием и передачу мяча снизу и сверху, передачу двумя руками (на месте).
54	Передача мяча сверху и снизу двумя руками (после перемещений)	1	Совершенствование техники выполнения передачи мяча сверху и	Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках).	Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках,

			снизу двумя руками (после перемещений).	Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений (с опорой на показ учителя). Принимают и передают мяч сверху и снизу в парах (на месте).	перекатом с пятки на носок, с выпадом). Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Принимают и передают мяч сверху и снизу в парах (после перемещений).
55	Прием и передача мяча над собой сверху и снизу	1	Выполнение приема и передачи мяча над собой сверху и снизу	Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках). Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений (с опорой на показ учителя). Выполняют прием и передачу мяча над собой сверху и снизу.	Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках, перекатом с пятки на носок, с выпадом). Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Выполняют прием и передачу мяча над собой сверху и снизу.
56	Прыжки с места и с шага в высоту и в длину (2-3 серии прыжков по 5-10 прыжков за урок)	1	Сочетание работы рук, ног в прыжках у сетки. Закрепление правил перехода по площадке. Учебная игра в волейбол, выполнение игровых действий с соблюдением правил игры.	Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках). Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений (с опорой на показ учителя). Прыгают вверх с места и с шага, у сетки (1-2 серии прыжков по 5-6 прыжков за урок). Выполняют переход по площадке (с помощью и под руководством учителя). Принимают участие в учебной игре.	Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках, перекатом с пятки на носок, с выпадом). Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Прыгают вверх с места и с шага, у сетки. Выполняют переход по площадке (при необходимости с помощью учителя). Принимают участие в учебной игре.

Легкая атлетика					
57	Бег на короткую дистанцию.	1	Выполнение ходьбы группами (наперегонки). Выполнение бега с высокого старта. Выполнение перепрыгивания через набивные мячи. Выполнение метания мяча в пол на дальность отскока.	Выполняют ходьбу группами. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений (с опорой на показ учителя). Выполняют бег с высокого старта. Перепрыгивают через набивные мячи (расстояние 80-100 см, длина 4 метра). Метают мяч в пол на дальность отскока.	Выполняют ходьбу группами (наперегонки). Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Выполняют эстафетный бег (по кругу 60 м) с правильной передачей эстафетной палочки. Перепрыгивают через набивные мячи (расстояние 80-100 см, длина 5 метров). Выполняют метание мяча в пол на дальность отскока.
58	Бег на среднюю дистанцию (400 м)	1	Выполнение ходьбы на отрезках от 100 до 200 м. Выполнение бега на среднюю дистанцию. Выполнение метания малого мяча на дальность с места (коридор 10 м).	Проходят отрезки от 100 до 200 м. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений (с опорой на показ учителя). Выполняют кроссовый бег на дистанцию (300 м). Выполняют метание малого мяча на дальность с места (коридор 10 м).	Проходят отрезки до 200 м. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Выполняют кроссовый бег на дистанцию 400 м. Метают малый мяч на дальность с 3 шагов разбега (коридор 10 м).
59-60	Прыжок в длину с полного разбега	2	Выполнение бега 60 м с ускорением (на время). Выполнение упражнений в подборе разбега для прыжков в длину. Прыжок в длину с полного разбега.	Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений (с опорой на показ учителя). Бегут 60 м с ускорением (на время). Выполняют прыжок в длину (с 3-5 шагов разбега).	Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Бегут 60 м с ускорением (на время). Выполняют прыжок в длину с полного разбега.

			Метание на дальность из-за головы через плечо (с 4-6 шагов разбега).	Выполняют метание на дальность из-за головы через плечо (с 4-6 шагов разбега).	Выполняют метание на дальность из-за головы через плечо (с 4-6 шагов разбега).
61	Толкание набивного мяча (весом до 2-3 кг) с места на дальность	1	Выполнение упражнений в подборе разбега для прыжков в длину. Прыжок в длину с полного разбега. Толкание набивного мяча на дальность.	Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений (с опорой на показ учителя). Выполняют прыжок в длину (с 3-5 шагов разбега). Смотрят показ с объяснением техники толкания набивного мяча (весом до 2 кг). Толкают набивной мяч (весом до 2 кг) с помощью учителя.	Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Выполняют прыжок в длину с полного разбега. Смотрят показ с объяснением техники толкания набивного мяча (весом до 2 кг). Толкают набивной мяч (весом до 3 кг).
62-63	Метание теннисного мяча на дальность с полного разбега (коридор 10 м)	2	Выполнение бега на дистанции 40 м (3-6 раз за урок), на 60 м (3 раза). Метание теннисного мяча на дальность с полного разбега (коридор 10 м).	Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений (с опорой на показ учителя). Бегут на дистанцию 40 м (2-4 раза за урок), на 60 м (1 раз). Метают малый мяч на дальность с места (коридор 10 м).	Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Бегут на дистанцию 40 м (3-6 раз за урок), на 60 м (3 раза). Выполняют метание малого мяча на дальность с полного разбега (коридор 10 м).
64-65	Ходьба (15-20 мин) в различном темпе	2	Ходьба на скорость (15-20 мин) в различном темпе. Прыжок в длину с полного разбега. Метание мяча с полного разбега на дальность в коридор 10 м.	Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений (с опорой на показ учителя). Идут на скорость 10-15 мин. в различном темпе. Выполняют прыжок в длину (с 3-5 шагов разбега).	Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Идут на скорость (15-20 мин) в различном темпе. Прыгают в длину с полного разбега.

				Метают малый мяч на дальность с места (коридор 10 м).	Выполняют метание малого мяча на дальность с места (коридор 10 м).
66-67	Эстафета 4*60 м	2	Выполнение беговых упражнений. Совершенствование техники передачи эстафетной палочки. Выполнение эстафетного бега.	Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений (с опорой на показ учителя). Демонстрируют выполнение беговых упражнений. Выполняют эстафетный бег (с этапами до 30 м).	Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Выполняют беговые упражнения. Пробегают эстафету (4*60 м).
68	Кроссовый бег до 2000 м	1	Выполнение беговых упражнений. Тактика бега на длинную дистанцию.	Демонстрируют выполнение с беговых упражнений. Бегут кросс на дистанции 1,5 км.	Выполняют беговые упражнения. Бегут кросс на дистанции 2 км.

V. ТЕХНОЛОГИЧЕСКОЕ И МЕТОДИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

Урок 1

<table>
<tr><td>Предмет</td><td colspan="3">Адаптивная физическая культура</td></tr>
<tr><td>Класс</td><td colspan="3">7</td></tr>
<tr><td>Материально-техническое обеспечение</td><td colspan="3">Мультимедийная презентация, мячи</td></tr>
<tr><td>Тип урока</td><td colspan="3">Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)</td></tr>
<tr><td>Тема</td><td colspan="3">Инструктаж по техники безопасности на уроках легкой атлетики. Ходьба в различном темпе с выполнением заданий учителя</td></tr>
<tr><td>Цель</td><td colspan="3">Усвоение обучающимися техники безопасности на уроках легкой атлетики.</td></tr>
<tr><td>Задачи</td><td colspan="3">Коррекционно- образовательные: научить обучающихся соблюдать технику безопасности на уроках легкой атлетики.Коррекционно-развивающие: закрепить навык выполнения низкого старта, технику стартового разгона и финиширования, развивать скоростно-силовые качестваКоррекционно- воспитательные: воспитывать сознательное и бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.</td></tr>
<tr><td rowspan="3">Этапы урока</td><td colspan="3">Содержание деятельности</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Деятельность учителя</td><td colspan="2">Деятельность обучающихся</td></tr>
<tr><td>Минимальный уровень</td><td>Достаточный уровень</td></tr>
<tr><td>1. Организационный этап</td><td>Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия</td><td colspan="2">Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя</td></tr>
</table>

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Беседа о правилах техники безопасности на занятиях легкой атлетикой	Слушают инструктаж о правилах поведения на уроках легкой атлетики, отвечают на вопросы односложно	Слушают инструктаж о правилах поведения на уроках легкой атлетики, отвечают на вопросы целыми предложениями
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение упражнений в ходьбе в определенном темпе с выполнением заданий.2. Преодоление полосы препятствий.3. Метание мяча в вертикальную цель	1. Выполняют ходьбу с заданиями по инструкции учителя.2. Выполняют бег с преодолением препятствий (высота 10-30 см).3. Выполняют метание мяча в вертикальную цель	1. Выполняют ходьбу с заданиями.2. Выполняют бег с преодолением препятствий (высота 30-40 см).3. Выполняют метание мяча в вертикальную цель
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторение техники безопасности на занятиях легкой атлетикой	Совместно с родителем повторяют технику безопасности на занятиях легкой атлетикой	Самостоятельно повторяют технику безопасности на занятиях легкой атлетикой
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 2

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	7
Материально-техническое обеспечение	Мячи, скакалки, музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Значение ходьбы для укрепления здоровья. Продолжительная ходьба 15-20 мин в различном темпе с изменением шага

Цель	Освоение ходьба в различном темпе с изменением шага		
Задачи	Коррекционно- образовательные: обучить технике ходьба в различном темпе с изменением шага.Коррекционно- развивающие: способствовать развитию скоростно-силовых качеств, быстроты, координации.Коррекционно- воспитательные: воспитывать целеустремленность, настойчивость, упорство в достижении поставленной цели.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение попоказу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Открытие «нового» знания	Определение оптимального двигательного режима для своеговозраста, его виды	Просматривают презентацию «Значение ходьбы для укрепления здоровья человека»	Просматривают презентацию «Значение ходьбы для укрепления здоровья человека»
4. Первичное закрепление материала	1. Выполнение продолжительной ходьбы в различном темпе, сохраняя правильное положение тела в движении.2. Метание мяча в вертикальную в цель.3. Выполнение прыжков через скакалку	1. Выполняют разминку в медленном темпе. Идут продолжительной ходьбой 10-15 мин.2. Выполняют метание мяча в вертикальную цель.3. Выполняют прыжки через скакалку на месте равномерном темпе по показу учителя	1. Выполняют разминку в быстром темпе. Идут продолжительной ходьбой 15-20 мин.2. Выполняют метание мяча в вертикальную цель.3. Выполняют прыжки через скакалку на месте равномерном темпе
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторить значение ходьбы для укрепления здоровья человека	Совместно с родителем повторяют значение ходьбы для укрепления здоровья человека	Самостоятельно повторяют значение ходьбы для укрепления здоровья человека

6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 3

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	7		
Материально-техническое обеспечение	Мультимедийная презентация, мячи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Бег с переменной скоростью до 5 мин		
Цель	Формирование знания о разновидностях бега и ходьбы.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать знания о разновидностях бега и ходьбы.Коррекционно- развивающие: закрепить навык выполнения низкого старта, технику стартового разгона и финиширования, развивать скоростно- силовые качестваКоррекционно-воспитательные: воспитывать чувство коллективизма.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	

	формы и обуви, освобожденных от занятия		
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение попоказу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение ходьбы с заданиями. 2.Выполнение бега легко и свободно, не задерживая дыхание. 3.Выполнение прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание»	1.Выполняют ходьбу с заданиями.2.Выполняют бег с переменной скоростью до 4 мин.3.Выполняют прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание»	1. Выполняют ходьбу с заданиями.2.Выполняют бег с переменной скоростью до 5 мин. 3.Выполняют прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание»
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в выполнение ходьбы легко и свободно не задерживая дыхания	Совместно с родителем упражняются в выполнение ходьбы легко и свободно не задерживая дыхания	Самостоятельно упражняются в выполнение ходьбы легко и свободно не задерживая дыхания
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 4

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	7
Материально-техническое обеспечение	Мультимедийная презентация, мячи

Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Запрыгивание на препятствие высотой до 50-60 см		
Цель	Формирование осанки, координации движений, укреплению всех мышечных групп.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать умение запрыгивать на препятствие высотой до 50-60 см.Коррекционно- развивающие: развивать внимание, общую моторику, уметь согласовывать движения с текстом.Коррекционно- воспитательные: воспитывать мотивацию к обучению.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение попоказу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение бега на отрезке 30м с ускорением.2.Выполнение запрыгивания на препятствие.3.Выполнение метания мяча на дальность из-за головы через плечо	1. Выполняют бег на отрезке 30 м без ускорения. 2.Запрыгивают и спрыгивают с препятствия до 50 см.3. Выполняют метания мяча на дальность из-за головы через плечо с места	1.Выполняют бег на отрезке 30м с ускорением.2.Запрыгивают на препятствие высотой 60 см.3.Выполняют метания мяча на дальность из-за головы через плечо с 4-6 шагов с разбега

4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в запрыгивание на препятствие	Совместно с родителем упражняются в запрыгивание на препятствие	Самостоятельно упражняются в запрыгивание на препятствие
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 5

<table>
<tr><td>Предмет</td><td colspan="3">Адаптивная физическая культура</td></tr>
<tr><td>Класс</td><td colspan="3">7</td></tr>
<tr><td>Материально-техническое обеспечение</td><td colspan="3">Фишки, конусы, музыкальное сопровождение</td></tr>
<tr><td>Тип урока</td><td colspan="3">Урок открытия новых знаний</td></tr>
<tr><td>Тема</td><td colspan="3">Бег на отрезках до 60 м. Беговые упражнения</td></tr>
<tr><td>Цель</td><td colspan="3">Обучение техники выполнения разбега</td></tr>
<tr><td>Задачи</td><td colspan="3">Коррекционно- образовательные: обучить техники выполнения разбега.Коррекционно- развивающие: развивать физические качества: силу, выносливость, ловкость, гибкость.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплину, исполнительность.</td></tr>
<tr><td rowspan="3">Этапы урока</td><td colspan="3">Содержание деятельности</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Деятельность учителя</td><td colspan="2">Деятельность обучающихся</td></tr>
<tr><td>Минимальный уровень</td><td>Достаточный уровень</td></tr>
</table>

1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Открытие «нового» знания	Освоение названий беговыхупражнений и последовательность их выполнения	Выполняют различныевиды ходьбы за другимиобучающимися, ориентируясь на их образец	Выполняют ходьбу ссочетанием разновидности ходьбы
4. Первичное закрепление материала	1.Выполнение беговых упражнений.2.Выполнение быстрого бега на отрезке 60м	1. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. 2.Выполняют специально - беговые упражнения, бегут с ускорением на отрезках до 60 м -1 раз	1. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений.2.Выполняют специально - беговые упражнения, бегут с ускорением на отрезках до 60 м - 2-3 раза
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторить названия беговых упражнений	Совместно с родителем повторяют названия беговых упражнений	Самостоятельно повторяют названия беговых упражнений
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 6

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	7

Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, набивные мячи(2-3кг), наглядно- демонстрационные материалы		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Метание набивного мяча (2-3 кг) двумя руками снизу, из-за головы, через голову		
Цель	Развитие физических качеств посредством метания набивного мяча		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику метания набивного мяча.Коррекционно- развивающие: развивать физические качества: силу, выносливость, ловкость, гибкость.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплину, исполнительность.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Открытие «нового» знания	Определение названия мяча, какиекачества развивают упражнения сэтим мячом	Рассматривают наглядно-демонстрационные материалы по теме урока	Рассматриваютнаглядно-демонстрационныематериалы по теме урока, отвечают на вопросы и вступают в беседу

4. Первичное закрепление материала	1.Выполнение специально- беговых упражнений.2.Выполнение бега 60 м с ускорением и на время. 3.Выполнение броска набивного мяча, согласовывая движения рук и туловища Метание мяча на дальность	1. Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках).2.Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. 3.Выполняют метание набивного мяча снизу	1. Выполняют ходьбу в колонне по одному разными способами (на носках, на пятках).2.Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений.3.Выполняют метание набивного мяча из различных исходных положений
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторить качества, которые развивают упражнения с набивным мячом	Совместно с родителем повторяют качества, которые развивают упражнения с набивным мячом	Самостоятельно повторяют качества, которые развивают упражнения с набивным мячом
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 7

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	7
Материально-техническое обеспечение	Мультимедийная презентация, мячи
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Бег на короткую дистанцию (60-80 м) с низкого старта
Цель	Закрепление техники бега на короткую дистанцию (60-80 м) с низкого старта.

Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить технику бега на короткую дистанцию (60-80 м) выполнения низкого старта.Коррекционно-развивающие: укреплять опорно-двигательный аппарат, дыхательную систему.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, выдержку и самообладание.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение специально- беговых упражнений.2.Освоение понятия низкий старт. 3.Демонстрирование техники стартового разгона, переходящего в бег по дистанции.4. Выполнение броска набивного мяча, согласовывая движения рук и туловища	1.Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках).2.Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений.3.Смотрят демонстрацию техники выполнения низкого старта.4.Выполняют технику стартового разгона, переходящего в бег по дистанции 60 м	1. Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках, перекатом с пятки на носок, с выпадом).2.Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений.3.Смотрят демонстрацию техники выполнения низкого старта.4.Выполняют технику стартового разгона, переходящего в бег по дистанции 80 м
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в выполнение специально- беговых упражнений	Совместно с родителем упражняются в выполнение специально- беговых упражнений	Самостоятельно упражняются в выполнение специально- беговых упражнений
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 8

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	7		
Материально-техническое обеспечение	Мячи, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Бег на средние дистанции (300 м)		
Цель	Формирование умения выполнять бег на средние дистанции.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить технику выполнения бега на среднюю дистанцию.Коррекционно- развивающие: укреплять опорно-двигательный аппарат, дыхательную систему.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, выдержку и самообладание.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют

		зрительный образец и подсказки учителя	комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение специальных беговых упражнений.2.Выполнение бега на средние дистанции, распределяя свои силы в беге на дистанции.3.Метание мяча на дальность	1.Выполняют специальные беговые упражнения. 2.Выполняют кроссовый бег до 300 м (допускается смешанное передвижение). 3.Метают мяч на дальность	1. Выполняют специальные беговые упражнения. 2.Выполняют кроссовый бег на дистанцию до 300 м (девочки) и на 500 м (мальчики).3.Метают мяч на дальность
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение специальных беговых упражнений	Совместно с родителем выполняют специальные беговые упражнения.	Самостоятельно выполняют специальные беговые упражнения.
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 9

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	7
Материально-техническое обеспечение	Мячи, музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Передача мяча двумя руками от груди в парах с продвижением вперед
Цель	Формирование техники передачи мяча двумя руками от груди в парах с продвижением вперед

Задачи	Коррекционно- образовательные: обучить передаче мяча двумя руками от груди в парах с продвижением вперед.Коррекционно-развивающие: корригировать внимание, развивать зрительное и слуховое восприятие, мелкую моторику кистей рук, ориентировку в пространстве.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, выдержку и самообладание.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение стойки баскетболиста.2.Передачи мяча двумя руками от груди с шагом навстречу друг другу. 3.Выполнение ведения мяча на месте и в движении	1. Отрабатывают стойку баскетболиста.2.Работают в парах. Останавливаются по сигналу учителя, выполняют повороты на месте с мячом в руках, передают и ловят мяч двумя руками от груди в парах на месте (на основе образца учителя).3.Ведут мяч одной рукой на месте и в движении шагом	1.Отрабатывают стойку баскетболиста.2.Работают в парах. Останавливаются по сигналу учителя, выполняют повороты на месте с мячом в руках, передают и ловят мяч двумя руками от груди в парах (на основе образца учителя).3.Ведут мяч одной рукой на месте и в движении шагом
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ведения мяча на месте и в движении	Совместно с родителем выполняют ведение мяча на месте и в движении	Самостоятельно выполняют ведение мяча на месте и в движении
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 10

<table>
<tr><td>Предмет</td><td colspan="3">Адаптивная физическая культура</td></tr>
<tr><td>Класс</td><td colspan="3">7</td></tr>
<tr><td>Материально-техническое обеспечение</td><td colspan="3">Мячи, музыкальное сопровождение</td></tr>
<tr><td>Тип урока</td><td colspan="3">Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)</td></tr>
<tr><td>Тема</td><td colspan="3">Передача мяча двумя руками от груди в парах с продвижением вперед</td></tr>
<tr><td>Цель</td><td colspan="3">Формирование техники передачи мяча двумя руками от груди в парах с продвижением вперед</td></tr>
<tr><td>Задачи</td><td colspan="3">Коррекционно- образовательные: обучить передаче мяча двумя руками от груди в парах с продвижением вперед.Коррекционно-развивающие: корригировать внимание, развивать зрительное и слуховое восприятие, мелкую моторику кистей рук, ориентировку в пространстве.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, выдержку и самообладание.</td></tr>
<tr><td rowspan="3">Этапы урока</td><td colspan="3">Содержание деятельности</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Деятельность учителя</td><td colspan="2">Деятельность обучающихся</td></tr>
<tr><td>Минимальный уровень</td><td>Достаточный уровень</td></tr>
<tr><td>1. Организационный этап</td><td>Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия</td><td colspan="2">Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя</td></tr>
</table>

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение стойкибаскетболиста.2.Передачи мяча двумя руками от груди с шагом навстречу друг другу. 3.Выполнение ведения мяча на месте и в движении	1. Отрабатывают стойку баскетболиста.2.Работают в парах. Останавливаются по сигналу учителя, выполняют повороты на месте с мячом в руках, передают и ловят мяч двумя руками от груди в парах на месте (на основе образца учителя).3.Ведут мяч одной рукой на месте и в движении шагом	1.Отрабатывают стойку баскетболиста.2.Работают в парах. Останавливаются по сигналу учителя, выполняют повороты на месте с мячом в руках, передают и ловят мяч двумя руками от груди в парах (на основе образца учителя).3.Ведут мяч одной рукой на месте и в движении шагом
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ведения мяча на месте и в движении	Совместно с родителем выполняют ведение мяча на месте и в движении	Самостоятельно выполняют ведение мяча на месте и в движении
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 11

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	7
Материально-техническое обеспечение	Мячи, музыкальное сопровождение

Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Ведение мяча с обводкой препятствий		
Цель	Формирование навыка ведение мяча с обводкой препятствий		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать знания о технике ведения мяча с обводкой препятствий.Коррекционно- развивающие: развивать координационные способности у обучающихся.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплину, исполнительность.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение передвижений без мяча, остановку шагом.2.Выполнение ведения мяча с обводкой условных противников. 3.Выполнение передачи мяча двумя руками от груди в парах с продвижением вперед	1.Выполняют передвижение без мяча, остановку шагом.2.Выполняют ведение мяча с обводкой условных противников.3.Выполняют передачу мяча двумя руками от груди в парах с продвижением вперед	1. Выполняют передвижение без мяча, остановку шагом. 2.Выполняют ведение мяча с обводкой условных противников.3. Выполняют передачу мяча двумя руками от груди в парах с продвижением вперед

4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение комплекса упражнений	Совместно с родителем выполняют комплекс упражнений	Самостоятельно выполняют комплекс упражнений
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 12

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	7		
Материально-техническое обеспечение	Мячи, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Ведение мяча с обводкой препятствий		
Цель	Формирование навыка ведение мяча с обводкой препятствий		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать знания о технике ведения мяча с обводкой препятствий.Коррекционно- развивающие: развивать координационные способности у обучающихся.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплину, исполнительность.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение передвижений без мяча, остановку шагом.2.Выполнение ведения мяча с обводкой условных противников. 3.Выполнение передачи мяча двумя руками от груди в парах с продвижением вперед	1.Выполняют передвижение без мяча, остановку шагом.2.Выполняют ведение мяча с обводкой условных противников.3.Выполняют передачу мяча двумя руками от груди в парах с продвижением вперед	1. Выполняют передвижение без мяча, остановку шагом. 2.Выполняют ведение мяча с обводкой условных противников.3. Выполняют передачу мяча двумя руками от груди в парах с продвижением вперед
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение комплекса упражнений	Совместно с родителем выполняют комплекс упражнений	Самостоятельно выполняют комплекс упражнений
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 13

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	7

Материально-техническое обеспечение	Мячи, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Ведение мяча с изменением направления шагом и бегом		
Цель	Формирование навыка ведение мяча с изменением направления шагом и бегом		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать знания о технике ведения мяча с изменением направления шагом и бегом.Коррекционно- развивающие: развивать координационные способности у обучающихся.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплину, исполнительность.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения в шеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение ловли и передачи мяча в движении в парах. 2.Выполнение ведения мяча с изменением направления шагом и бегом	1. Передают мяч двумя и одной рукой в парах на месте. 2.Ведут мяч одной рукой на месте, в движении шагом	1. Передают мяч двумя и одной рукой в парах, тройках в движении.2.Ведут мяч одной рукой на месте, в движении шагом

4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ведения мяча одной рукой	Совместно с родителем выполняют ведение мяча одной рукой	Самостоятельно выполняют ведение мяча одной рукой
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 14

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	7		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, мячи		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Бросок мяча по корзине с низу двумя руками и от груди с места. Эстафеты с элементами баскетбола		
Цель	Обучение техники броска мяча по корзине с низу двумя руками и от груди с места		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику броска мяча по корзине с низу двумя руками и от груди с места.Коррекционно- развивающие: развивать координационные способности у обучающихся.Коррекционно- воспитательные: воспитание трудолюбия и чувства коллективизма.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Открытие «нового» знания	Демонстрация техники броска мяча по корзине двумя руками снизу и от груди с места. Освоение техники броска мяча по корзине различными способами	Осваивают технику броска мяча по корзине двумя руками снизу и от груди с места	Осваивают технику броска мяча по корзине двумя руками снизу и от груди с места
4. Первичное закрепление материала	1. Выполнение бросков по корзине двумя руками снизу и от груди с места, демонстрирование элементов техники баскетбола. 2.Выполнение передачи мяча двумя и одной рукой в парах, тройках в движении.	1. Выполняют передачи мяча с продвижением вперед двумя руками и бросают мяч в корзину двумя руками с низу и от груди с места после инструкции учителя и ориентируюсь на образец выполнение обучающимися более сильной группы.2. Выполняют передачу мяча двумя и одной рукой в парах, тройках в движении с опорой на образец	1. Выполняют передачи мяча двумя и одной рукой в парах, тройках, с продвижением вперед и бросают мяч в корзину двумя руками снизу и от груди с места после инструкции учителя.2. Выполняют передачу мяча двумя и одной рукой в парах, тройках в движении
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: закрепление техники броска мяча по корзине двумя руками	Совместно с родителем закрепляют технику броска мяча по корзине двумя руками	Самостоятельно закрепляют технику броска мяча по корзине двумя руками
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 15

Предмет	Адаптивная физическая культура

Класс	7		
Материально-техническое обеспечение	Мячи, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Броски мяча в корзину в движении от груди. Подбирание отскочившего от щита мяча		
Цель	Обучение техники броска мяча по корзине с низу двумя руками и от груди с места. Подбирание отскочившего от щита мяча		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику броска мяча по корзине с низу двумя руками и от груди с места.Коррекционно- развивающие: развивать координационные способности у обучающихся.Коррекционно- воспитательные: воспитание трудолюбия и чувства коллективизма.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение ведения мяча с передачей, с последующим броском в	1. Выполняют ведение мяча с передачей, с последующим броском в	1. Выполняют ведение мяча с передачей, с последующим броском в

	кольцо.2.Тренировочные упражнения на подбиранию мяча	кольцо.2.Подбирают мяч после броска в кольцо после инструкции учителя	кольцо.2.Подбирают мяч после броска в кольцо
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ведения мяча одной рукой	Совместно с родителем выполняют ведение мяча одной рукой	Самостоятельно выполняют ведение мяча одной рукой
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 16

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	7
Материально-техническое обеспечение	Мячи, музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Броски мяча в корзину в движении от груди. Подбирание отскочившего от щита мяча
Цель	Обучение техники броска мяча по корзине с низу двумя руками и от груди с места. Подбирание отскочившего от щита мяча
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику броска мяча по корзине с низу двумя руками и от груди с места.Коррекционно- развивающие: развивать координационные способности у обучающихся.Коррекционно- воспитательные: воспитание трудолюбия и чувства коллективизма.
Этапы урока	Содержание деятельности

	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение ведения мяча с передачей, с последующим броском в кольцо.2.Тренировочные упражнения на подбиранию мяча	1. Выполняют ведение мяча с передачей, с последующим броском в кольцо.2.Подбирают мяч после броска в кольцо после инструкции учителя	1. Выполняют ведение мяча с передачей, с последующим броском в кольцо.2.Подбирают мяч после броска в кольцо
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ведения мяча одной рукой	Совместно с родителем выполняют ведение мяча одной рукой	Самостоятельно выполняют ведение мяча одной рукой
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 17

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	7

Материально-техническое обеспечение	Набивные мячи, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Комбинации из основных элементов техники перемещений и владении мячом. Учебная игра по упрощенным правилам		
Цель	Обучение техники перемещений и владении мячом.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику перемещений и владении мячом.Коррекционно- развивающие: развивать координационные способности у обучающихся.Коррекционно- воспитательные: воспитание трудолюбия и чувства коллективизма.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Включение изученного в систему знаний	1.Осваивают упражнений с набивными мячами: броски мяча с близкого расстояния, с разных позиций и расстояния.2.Выполняют ведение мяча с передачей, с последующим броском в кольцо.3.Учебная игра по упрощенным правилам	1. Выполняют упражнения с набивными мячами.2.Ведут, бросают мяч с опорой на показ учителя.3.Подбирают мяч в процессе учебной игры по инструкции учителя	1.Выполняют упражнения с набивными мячами.2.Ведут, бросают мяч.3.Подбирают мяч в процессе учебной игры

4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение комплекса гимнастики	Совместно с родителем выполняют комплекс гимнастики	Самостоятельно выполняют комплекс гимнастики
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 18

Предмет	Адаптивная физическая культура	
Класс	7	
Материально-техническое обеспечение	Набивные мячи, музыкальное сопровождение	
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)	
Тема	Комбинации из основных элементов техники перемещений и владении мячом. Учебная игра по упрощенным правилам	
Цель	Обучение техники перемещений и владении мячом.	
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику перемещений и владении мячом.Коррекционно- развивающие: развивать координационные способности у обучающихся.Коррекционно- воспитательные: воспитание трудолюбия и чувства коллективизма.	
Этапы урока	Содержание деятельности	
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся

		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение упражнений с набивными мячами: броски мяча с близкого расстояния, с разных позиций и расстояния.2.Выполняют ведение мяча с передачей, с последующим броском в кольцо.3.Учебная игра по упрощенным правилам	1.Выполняют упражнения с набивными мячами.2.Ведут, бросают, подбирают мяч в процессе учебной игры.3.Принимают участие в учебной игре	1. Выполняют упражнения с набивными мячами.2.Ведут, бросают, подбирают мяч в процессе учебной игры.3.Принимают участие в учебной игре
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение комплекса гимнастики	Совместно с родителем выполняют комплекс гимнастики	Самостоятельно выполняют комплекс гимнастики
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 19

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	7

Материально-техническое обеспечение	Мультимедийная презентация, скакалка		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Перестроение из колонны по одному в колонну по два на месте.		
Цель	Усвоение обучающимися техники перестроения из колонны по одному в колонну по два на месте.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: научить обучающихся соблюдать технику перестроения из колонны по одному в колонну по два на месте.Коррекционно- развивающие: закрепить навык выполнения низкого старта, технику стартового разгона и финиширования, развивать скоростно- силовые качестваКоррекционно- воспитательные: воспитывать сознательное и бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Беседа по ТБ на занятиях гимнастикой	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорныхпоощрений	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение строевых действий согласно расчету и команде. 2.Выполнение перестроения из колонны по одному в колонну по два и по три на месте.3.Выполнение упражнения сочетание	1.Выполняют строевые действия под щадящий счёт. 2.Выполняют сочетание ходьбы и бега в колонне ориентируясь на образец выполнения обучающимися более сильной	1. Выполняют строевые действия.2.Выполняют сочетание ходьбы и бега в колонне.3.Выполняют упражнения со скакалкой.4.Прыгают

	ходьбы и бега в колонне. 4.Выполнение упражнений со скакалкой.5.Выполнение прыжков через скакалку на месте в равномерном темпе	группы.3.Выполняют упражнения со скакалкой.4.Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе на двух ногах произвольным способом	через скакалку на месте в равномерном темпе на двух, одной ноге произвольным способом
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторение строевых действий согласно расчету и команде	Совместно с родителем повторяют строевые действия согласно расчету и команде	Самостоятельно повторяют строевые действия согласно расчету и команде
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 20

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	7
Материально-техническое обеспечение	Скакалка, скамейка
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Повороты направо, налево, кругом (переступанием). Упражнения на равновесие
Цель	Формирование умения выполнять упражнения на развитие ориентации в пространстве.
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать умения выполнять упражнения на развитие ориентации в пространстве.Коррекционно-развивающие: способствовать укреплению опорно-двигательного аппарата в процессе урока.Коррекционно- воспитательные: воспитывать трудолюбие и чувство коллективизма.

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики) с помощью педагога	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики)
3. Включение изученного в систему знаний	1.Ориентирование в пространстве, сохранение равновесия при движении по скамейке.2.Выполнение перестроений на месте.3.Прыжки через скакалку на одной, двух ногах	1.Выполняют строевые действия под щадящий счёт.2.Выполняют перестроение из колонны по одному в колонну по два, по три на месте.3. Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе на двух ногах произвольным способом	1. Выполняют строевые действия.2.Выполняют перестроение из колонны по одному в колонну по два, по три на месте.3. Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе на двух, одной ноге произвольным способом
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение на ориентировку в пространстве	Совместно с родителем выполняют упражнения на ориентировку в пространстве	Самостоятельно выполняют упражнения на ориентировку в пространстве
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 21

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	7		
Материально-техническое обеспечение	Скамейка, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Упражнения на преодоление сопротивления		
Цель	Формирование знаний выполнения техники упражнений на преодоление сопротивления.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать знания выполнения техники упражнений на преодоление сопротивления.Коррекционно-развивающие: способствовать укреплению опорно-двигательного аппарата в процессе урока.Коррекционно- воспитательные: воспитывать трудолюбие и чувство коллективизма.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики) с помощью педагога	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики)

3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение строевых действий и команд.2.Тренировочные упражнения на изменение скорости передвижения при ходьбе/ беге. 3.Выполнение упражнений на преодоление сопротивления	1.Выполняют строевые команды и действия под щадящий счёт.2.Изменяют скорость передвижения при ходьбе/ беге.3.Выполняют упражнений на преодоление сопротивления меньшее количество раз	1.Выполняют строевые команды и действия.2.Изменяют скорость передвижения при ходьбе/ беге.3.Выполняют упражнений на преодоление сопротивления
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений на преодоление сопротивления	Совместно с родителем выполняют упражнения на преодоление сопротивления	Самостоятельно выполняют упражнения на преодоление сопротивления
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 23

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	7
Материально-техническое обеспечение	Маты, музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Упражнения на укрепление мышц туловища, рук и ног
Цель	Укрепление мышц рук, ног, туловища через применение игровых форм.

Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать знания выполнения техники упражнений на мышцы рук, ног, туловища.Коррекционно-развивающие: способствовать укреплению опорно-двигательного аппарата в процессе урока.Коррекционно- воспитательные: воспитывать трудолюбие и чувство коллективизма.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики) с помощью педагога	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики)
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение фигурной маршировки.2.Выполнение упражнений на укрепление мышц туловища, рук и ног	1. Выполняют фигурную маршировку за другим учащимся, ориентируясь на образец выполнения впереди идущего учащегося. 2.Выполняют упражнения с дифференцированной с помощью учителя	1.Выполняют фигурную маршировку.2.Выполняют переноску, передачу мяча сидя, лежа в различных направлениях
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение фигурной маршировки	Совместно с родителем выполняют фигурную маршировку	Самостоятельно выполняют фигурную маршировку
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 24

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	7		
Материально-техническое обеспечение	Скамейка, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Упражнения с сопротивлением		
Цель	Формирование знаний выполнения техники упражнений с сопротивлением.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать знания выполнения техники упражнений с сопротивлением.Коррекционно- развивающие: способствовать укреплению опорно-двигательного аппарата в процессе урока.Коррекционно- воспитательные: воспитывать трудолюбие и чувство коллективизма.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2.	1. Выполняют построение попоказу учителя.2. Выполняют практические задания с заданным	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют практические задания с заданным

	Выполнение общеразвивающих упражнений	параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики) с помощью педагога	параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики)
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение фигурной маршировки.2. Выполнение упражнений с элементами единоборств, сохранение равновесия при движении на скамейке	1. Выполняют фигурную маршировку за другим учащимся, ориентируясь на образец выполнения впереди идущего учащегося.2. Выполняют упражнения на равновесие на скамейке: повороты с различными движениями рук, с хлопками под ногой, повороты на носках, прыжки с продвижением вперед (на полу), комплекс упражнений с сопротивлением (3-5 упражнений)	1.Выполняют фигурную маршировку.2. Выполняют упражнения на равновесие на скамейке: повороты с различными движениями рук, с хлопками под ногой, повороты на носках, прыжки с продвижением вперед (на полу), комплекс упражнений с сопротивлением
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений с сопротивлением	Совместно с родителем выполняют упражнения с сопротивлением	Самостоятельно выполняют упражнения с сопротивлением
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 25

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	7
Материально-техническое обеспечение	Гимнастические палки, гимнастическая скамейка
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Упражнения с гимнастическими палками

Цель	Совершенствование умения выполнять упражнения с гимнастическими палками.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать умения выполнять упражнения с гимнастическими палками.Коррекционно-развивающие: развивать координацию движений.Коррекционно- воспитательные: воспитывать трудолюбие и чувство коллективизма.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики) с помощью педагога	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики)
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение согласование движения палки с движениями туловища, ног.2.Выполнение составление и выполнение комбинации на скамейке	1. Выполняют 4-6 упражнений с гимнастической палкой.2.Выполняют доступные упражнения на равновесие	1. Выполняют и демонстрируют комбинацию на скамейке. 2.Выполняют упражнения с гимнастической палкой
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение комплекса упражнений	Совместно с родителем выполняют комплекс упражнений	Самостоятельно выполняют комплекс упражнений
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 26

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	7		
Материально-техническое обеспечение	Гимнастический козел, маты, набивные мячи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Опорный прыжок		
Цель	Освоение опорного прыжка через «козла», ноги врозь.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: изучить технику прыжка, практически осуществить прыжокКоррекционно- развивающие: развивать координацию движений.Коррекционно- воспитательные: воспитывать трудолюбие и чувство коллективизма.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют практические задания с заданным	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют практические задания с заданным

		параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики) с помощью педагога	параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики)
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение прыжка согнув ноги через козла, коня в ширину. 2.Преодоление нескольких препятствий различными способами	1. Выполняют наскок в стойку на коленях.2.Преодолевают несколько препятствий с помощью учителя (по возможности)	1. Выполняют опорный прыжок ноги врозь через козла, коня в ширину с помощью учителя. 2.Преодолевают несколько препятствий
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение опорного прыжка ноги врозь	Совместно с родителем выполняют опорный прыжок ноги врозь	Самостоятельно выполняют опорный прыжок ноги врозь
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 27

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	7
Материально-техническое обеспечение	Гимнастический козел, маты, набивные мячи
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Опорный прыжок
Цель	Освоение опорного прыжка через «козла», ноги врозь.

Задачи	Коррекционно- образовательные: изучить технику прыжка, практически осуществить прыжокКоррекционно- развивающие: развивать координацию движений.Коррекционно- воспитательные: воспитывать трудолюбие и чувство коллективизма.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики) с помощью педагога	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики)
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение прыжка согнув ноги через козла, коня в ширину. 2.Преодоление нескольких препятствий различными способами	1. Выполняют наскок в стойку на коленях.2.Преодолевают несколько препятствий с помощью учителя (по возможности)	1. Выполняют опорный прыжок ноги врозь через козла, коня в ширину с помощью учителя. 2.Преодолевают несколько препятствий
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение опорного прыжка ноги врозь	Совместно с родителем выполняют опорный прыжок ноги врозь	Самостоятельно выполняют опорный прыжок ноги врозь
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 28

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	7		
Материально-техническое обеспечение	Гимнастический козел, маты, набивные мячи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Упражнения для формирования правильной осанки		
Цель	Формирование умения подбирать и выполнять упражнения для развития правильной осанки.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: обучать комплексу упражнений для формирования и сохранения правильной осанки.Коррекционно-развивающие: развивать координацию движений.Коррекционно- воспитательные: воспитывать трудолюбие и чувство коллективизма.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики) с помощью педагога	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики)

3. Включение изученного в систему знаний	1.Переноска 2- 3 набивных мячей весом до 5-6 кг.2.Переноска гимнастического коня и козла, матов на расстояние до 15 м. 3. Выполнение прыжка согнув ноги через козла, коня в ширину	1. Переносят 1- 2 набивных мячей весом до 3-4 кг.2. Переносят гимнастического коня и козла, маты на расстояние до 10 м3. Выполняют наскок в стойку на коленях	1. Переносят 2- 3 набивных мячей весом до 5-6 кг.2. Переносят гимнастического коня и козла, маты на расстояние до 15 м 3.Выполняют опорный прыжок ноги врозь через козла, коня в ширину с помощью учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение опорного прыжка ноги врозь	Совместно с родителем выполняют опорный прыжок ноги врозь	Самостоятельно выполняют опорный прыжок ноги врозь
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 29

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	7
Материально-техническое обеспечение	Скакалки, гимнастическая скамейка
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Упражнения со скакалками
Цель	Совершенствование умения выполнять упражнения со скакалками.
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать умения выполнять упражнения со скакалками.Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений.Коррекционно- воспитательные: воспитывать трудолюбие и чувство коллективизма.
Этапы урока	Содержание деятельности

	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики) с помощью педагога	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики)
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение упражнений со скакалкой.2.Выполнение прыжковых упражнений с точностью прыжка	1.Выполняют упражнения со скакалкой после обучающей помощи учителя.2.Выполняют прыжковые упражнения под контролем учителя	1. Выполняют упражнения со скакалкой по показу и инструкции учителя. 2.Выполняют прыжковые упражнения после инструкции
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений со скакалкой	Совместно с родителем выполняют упражнений со скакалкой	Самостоятельно выполняют упражнений со скакалкой
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 30

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	7

Материально-техническое обеспечение	Гантели, гимнастическая скамейка		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Упражнения с гантелями		
Цель	Совершенствование умения выполнять упражнения с гантелями.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать умения выполнять упражнения с гантелями.Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений.Коррекционно- воспитательные: воспитывать трудолюбие и чувство коллективизма.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики) с помощью педагога	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики)
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение упражнений с гантелями.2.Выполнение прыжковых упражнений с точностью прыжка	1. Выполняют упражнения с гантелями меньшее количество повторений. 2.Выполняют прыжковые упражнения под контролем учителя	1.Выполняют упражнения с гантелями.2.Выполняют прыжковые упражнения после инструкции

4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений с гантелями	Совместно с родителем выполняют упражнений с гантелями	Самостоятельно выполняют упражнений с гантелями
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 31

<table>
<tr><td>Предмет</td><td colspan="3">Адаптивная физическая культура</td></tr>
<tr><td>Класс</td><td colspan="3">7</td></tr>
<tr><td>Материально-техническое обеспечение</td><td colspan="3">Набивные мячи</td></tr>
<tr><td>Тип урока</td><td colspan="3">Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)</td></tr>
<tr><td>Тема</td><td colspan="3">Упражнения для развития пространственно- временной дифференцировки и точности движений</td></tr>
<tr><td>Цель</td><td colspan="3">формирование системы знаний и умений в области пространственно-временной дифференцировки и точности движений.</td></tr>
<tr><td>Задачи</td><td colspan="3">Коррекционно- образовательные: формировать систему знаний и умений в области пространственно-временнойдифференцировки и точности движений.Коррекционно- развивающие: развивать ориентирование в пространстве и точности движений.Коррекционно-воспитательные: воспитывать ценностное отношение к своему здоровью, умение применять профилактические меры для сбережения своего здоровья.</td></tr>
<tr><td rowspan="3">Этапы урока</td><td colspan="3">Содержание деятельности</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Деятельность учителя</td><td colspan="2">Деятельность обучающихся</td></tr>
<tr><td>Минимальный уровень</td><td>Достаточный уровень</td></tr>
</table>

1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики) с помощью педагога	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики)
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение построения в колонну по два, соблюдая заданное расстояние.2.Выполнение прыжка в длину с места на заданное расстояние без предварительной отметки. 3.Передача набивного мяча сидя, стоя из одной руки в другую над головой	1. Выполняют построение в колонну по два, соблюдая заданное расстояние (по ориентирам).2.Прыгают в длину с места на заданное расстояние с предварительной отметки. 3.Передают набивной мяч сидя, стоя из одной руки в другую над головой меньшее количество повторений	1. Выполняют построение в колонну по два, соблюдая заданное расстояние.2.Прыгают в длину с места на заданное расстояние без предварительной отметки.3. Передают набивной мяч сидя, стоя из одной руки в другую над головой
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение прыжка в длину	Совместно с родителем выполняют прыжок в длину	Самостоятельно выполняют прыжок в длину
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 32

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	7

Материально-техническое обеспечение	Набивные мячи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Упражнения для развития пространственно- временной дифференцировки и точности движений		
Цель	формирование системы знаний и умений в области пространственно-временной дифференцировки и точности движений.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать систему знаний и умений в области пространственно-временнойдифференцировки и точности движений.Коррекционно- развивающие: развивать ориентирование в пространстве и точности движений.Коррекционно-воспитательные: воспитывать ценностное отношение к своему здоровью, умение применять профилактические меры для сбережения своего здоровья.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики) с помощью педагога	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики)
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение построения в колонну по два, соблюдая заданное расстояние.2.Выполнение прыжка в длину с места на заданное	1. Выполняют построение в колонну по два, соблюдая заданное расстояние (по ориентирам).2.Прыгают в длину с места на	1. Выполняют построение в колонну по два, соблюдая заданное расстояние.2.Прыгают в длину с места на

	расстояние без предварительной отметки. 3.Передача набивного мяча сидя, стоя из одной руки в другую над головой	заданное расстояние с предварительной отметки. 3.Передают набивной мяч сидя, стоя из одной руки в другую над головой меньшее количество повторений	заданное расстояние без предварительной отметки.3. Передают набивной мяч сидя, стоя из одной руки в другую над головой
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение прыжка в длину	Совместно с родителем выполняют прыжок в длину	Самостоятельно выполняют прыжок в длину
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 33

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	7
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Совершенствование одновременного бесшажного хода
Цель	освоение техники передвижения бесшажным ходом.
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать специальные знания из раздела лыжной подготовки.Коррекционно- развивающие: развивать физические качества: координацию, общую выносливость.Коррекционно- воспитательные: воспитывать самостоятельность и личную ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни.

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Освоение способа передвижения одновременного бесшажного хода на лыжах.2.Демонстрация техники одновременного бесшажного хода.3.Выполнение передвижения одновременным бесшажным ходом	1. Смотрят показ с объяснение техники одновременного бесшажного хода.2.Осваивают технику передвижения одновременного бесшажного хода (по возможности). 3.Выполняют передвижение одновременным бесшажным ходом по возможности	1.Смотрят показ с объяснение техники одновременного бесшажного хода.2.Осваивают технику передвижения одновременного бесшажного хода.3.Выполняют передвижение одновременным бесшажным ходом по возможности
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение тренировочных упражнений на одевании лыжного инвентаря	Совместно с родителем выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря	Самостоятельно выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 34

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	7		
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Одновременный двухшажный ход		
Цель	освоение техники передвижения двухшажный ходом.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать специальные знания из раздела лыжной подготовки.Коррекционно- развивающие: развивать физические качества: координацию, общую выносливость.Коррекционно- воспитательные: воспитывать самостоятельность и личную ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения

3. Включение изученного в систему знаний	1.Освоение способа передвижения одновременного двухшажного хода на лыжах.2.Демонстрация техники одновременного двухшажного хода.3.Выполнение передвижения одновременным двухшажным ходом	1.Смотрят показ с объяснение техники одновременного двухшажного хода.2.Осваивают технику передвижения одновременного двухшажного хода (по возможности).3.Выполняют передвижение одновременным двухшажным ходом по возможности	1.Смотрят показ с объяснение техники одновременного двухшажного хода.2.Осваивают технику передвижения одновременного двухшажного хода. 3.Выполняют передвижение одновременным двухшажным ходом по возможности
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторение техники одновременного двухшажного хода	Совместно с родителем повторяют технику одновременного двухшажного хода	Самостоятельно повторяют технику одновременного двухшажного хода
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 35

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	5
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Одновременный двухшажный ход
Цель	освоение техники передвижения двухшажный ходом.

Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать специальные знания из раздела лыжной подготовки.Коррекционно- развивающие: развивать физические качества: координацию, общую выносливость.Коррекционно- воспитательные: воспитывать самостоятельность и личную ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Освоение способа передвижения одновременного двухшажного хода на лыжах.2.Демонстрация техники одновременного двухшажного хода.3.Выполнение передвижения одновременным двухшажным ходом	1.Смотрят показ с объяснение техники одновременного двухшажного хода.2.Осваивают технику передвижения одновременного двухшажного хода (по возможности).3.Выполняют передвижение одновременным двухшажным ходом по возможности	1.Смотрят показ с объяснение техники одновременного двухшажного хода.2.Осваивают технику передвижения одновременного двухшажного хода. 3.Выполняют передвижение одновременным двухшажным ходом по возможности
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторение техники одновременного двухшажного хода	Совместно с родителем повторяют технику одновременного двухшажного хода	Самостоятельно повторяют технику одновременного двухшажного хода
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 36

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	7		
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Поворот махом на месте		
Цель	обучение поворотам махом на месте.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: обучать технике поворота махом на месте.Коррекционно- развивающие: развивать внимание, быстроту, выносливость, ловкость.Коррекционно- воспитательные: воспитывать чувства коллективизма и уважение к товарищам.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Освоение способа поворота на лыжах махом.2.Демонстрация техники поворота махом на месте.3.Выполнение поворота махом на лыжах.4.Выполнение передвижение скользящим шагом по лыжне с палками	1.Осваивают способ поворота на лыжах махом.2.Выполняют поворот махом на лыжах после инструкции и неоднократного показа учителя.3.Выполняют поворот махом на месте на лыжах по инструкции и показа учителя. 4.Выполняют передвижения скользящим шагом по лыжне с палками по возможности	1. Осваивают способ поворота на лыжах махом.2.Выполняют поворот махом на лыжах.3.Выполняют поворот махом на месте на лыжах.4.Выполняют передвижение на лыжах изученными ходами
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение тренировочных упражнений на одевании лыжного инвентаря	Совместно с родителем выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря	Самостоятельно выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 38

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	7
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки

Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Поворот махом на месте		
Цель	обучение поворотам махом на месте.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: обучать технике поворота махом на месте.Коррекционно- развивающие: развивать внимание, быстроту, выносливость, ловкость.Коррекционно- воспитательные: воспитывать чувства коллективизма и уважение к товарищам.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Освоение способа поворота на лыжах махом.2.Демонстрация техники поворота махом на месте.3.Выполнение поворота махом на лыжах.4.Выполнение передвижение скользящим шагом по лыжне с палками	1.Осваивают способ поворота на лыжах махом.2.Выполняют поворот махом на лыжах после инструкции и неоднократного показа учителя.3.Выполняют поворот махом на месте на лыжах по инструкции и показа учителя. 4.Выполняют передвижения скользящим шагом по лыжне с палками по возможности	1. Осваивают способ поворота на лыжах махом.2.Выполняют поворот махом на лыжах.3.Выполняют поворот махом на месте на лыжах.4.Выполняют передвижение на лыжах изученными ходами

4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение тренировочных упражнений на одевании лыжного инвентаря	Совместно с родителем выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря	Самостоятельно выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 39

Предмет	Адаптивная физическая культура	
Класс	7	
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки	
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)	
Тема	Комбинированное торможение лыжами и палками	
Цель	совершенствование техники торможения лыжами и палками.	
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику торможения лыжами и палками.Коррекционно- развивающие: развивать двигательные качества – координации.Коррекционно- воспитательные: воспитывать морально-волевые качества – смелость, честность, коллективизм, дисциплинированность.	
Этапы урока	Содержание деятельности	
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся

		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение слыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Освоение способа торможения на лыжах.2.Передвижение попеременным и одновременным двухшажным ходом	1. Осваивают комбинированное торможение лыжами и палками (по возможности) 2.Передвигаются попеременным и одновременным бесшажным ходом по возможности торможение лыжами и палками (по возможности)	1. Выполняют комбинированное торможение лыжами и палками.2.Выполняют передвижение на лыжах изученными ходами
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение тренировочных упражнений на торможения лыжами	Совместно с родителем выполняют тренировочные упражнения на торможение лыжами	Самостоятельно выполняют тренировочные упражнения на торможения лыжами
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 40

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	7

Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Обучение правильному падению при прохождении спусков		
Цель	овладение техникой правильного падения при прохождении спусков		
Задачи	Коррекционно- образовательные: учить технике правильного падения при прохождении спусков.Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье средствами физической культуры.Коррекционно- воспитательные: воспитывать целеустремленность и настойчивость при выполнении двигательного действия.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение способа торможения на лыжах.2.Освоение техники падения на бок	1. Осваивают комбинированное торможение лыжами и палками (по возможности). 2.Выполняют спуски в средней стойке	1. Выполняют комбинированное торможение лыжами и палками.2.Выполняют подъем «лесенкой», «ёлочкой», имитируют и тренируют падение при прохождении спусков

4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в способах торможения на лыжах	Совместно с родителем упражняются в способах торможения на лыжах	Самостоятельно выполняют упражняются в способах торможения на лыжах
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 40

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	7		
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Комбинированное торможение лыжами и палками		
Цель	совершенствование техники торможения лыжами и палками.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику торможения лыжами и палками.Коррекционно- развивающие: развивать двигательные качества – координации.Коррекционно- воспитательные: воспитывать морально-волевые качества – смелость, честность, коллективизм, дисциплинированность.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Освоение способа торможения на лыжах.2.Передвижение попеременным и одновременным двухшажным ходом	1. Осваивают комбинированное торможение лыжами и палками (по возможности) 2.Передвигаются попеременным и одновременным бесшажным ходом по возможности торможение лыжами и палками (по возможности)	1. Выполняют комбинированное торможение лыжами и палками.2.Выполняют передвижение на лыжах изученными ходами
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение тренировочных упражнений на торможения лыжами	Совместно с родителем выполняют тренировочные упражнения на торможение лыжами	Самостоятельно выполняют тренировочные упражнения на торможения лыжами
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 41

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	7

Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Повторное передвижение в быстром темпе на отрезках 40- 60 м		
Цель	совершенствование техники бега на короткие дистанции на лыжах.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику ускорения на короткой дистанции.Коррекционно- развивающие: развивать быстроту посредством ускорения на короткой дистанции по команде.Коррекционно- воспитательные: воспитывать интерес к занятиям лыжной подготовкой.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Тренировочные упражнения на комбинированное торможение на лыжах.2.Прохождение на лыжах отрезков на скорость	1. Осваивают комбинированное торможение лыжами и палками (по возможности). 2.Передвигаются в быстром темпе на отрезке от 30- 40 м	1. Выполняют комбинированное торможение лыжами и палками. 2.Передвигаются в быстром темпе на отрезке от 40- 60 м.

4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в комбинированном торможение на лыжах	Совместно с родителем: упражняются в комбинированном торможение на лыжах	Самостоятельно выполняют упражняются в комбинированном торможение на лыжах
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 42

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	7		
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Повторное передвижение в быстром темпе на отрезках 40- 60 м		
Цель	совершенствование техники бега на короткие дистанции на лыжах.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику ускорения на короткой дистанции.Коррекционно- развивающие: развивать быстроту посредством ускорения на короткой дистанции по команде.Коррекционно- воспитательные: воспитывать интерес к занятиям лыжной подготовкой.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Тренировочные упражнения на комбинированное торможение на лыжах.2.Прохождение на лыжах отрезков на скорость	1. Осваивают комбинированное торможение лыжами и палками (по возможности). 2.Передвигаются в быстром темпе на отрезке от 30- 40 м	1. Выполняют комбинированное торможение лыжами и палками. 2.Передвигаются в быстром темпе на отрезке от 40- 60 м.
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в комбинированном торможение на лыжах	Совместно с родителем: упражняются в комбинированном торможение на лыжах	Самостоятельно выполняют упражняются в комбинированном торможение на лыжах
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 43

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	7
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)

Тема	Повторное передвижение в быстром темпе по кругу 100- 150 м		
Цель	совершенствование техники бега на короткие дистанции на лыжах.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику ускорения на короткой дистанции.Коррекционно- развивающие: развивать быстроту посредством ускорения на короткой дистанции по команде.Коррекционно- воспитательные: воспитывать интерес к занятиям лыжной подготовкой.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение поворота махом на лыжах.2.Сохранение равновесия при спуске со склона в высокой стойке, закрепление изученной техники подъема	1. Выполняют поворот махом на месте на лыжах по инструкции и показа учителя. 2.Проходят на скорость отрезок на время от 100- 150 м (девочки- 1 раз, мальчики- 2 раза)	1. Выполняют поворот махом на месте на лыжах.2.Проходят на скорость отрезок на время от 100- 150 м (девочки- 3- 5 раз, мальчики- 5-7 раз)
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в повороте махом на лыжах	Совместно с родителем: упражняются в повороте махом на лыжах	Самостоятельно выполняют упражняются в повороте махом на лыжах

5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 44

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	7		
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Повторное передвижение в быстром темпе по кругу 100- 150 м		
Цель	совершенствование техники бега на короткие дистанции на лыжах.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику ускорения на короткой дистанции.Коррекционно- развивающие: развивать быстроту посредством ускорения на короткой дистанции по команде.Коррекционно- воспитательные: воспитывать интерес к занятиям лыжной подготовкой.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение поворота махом на лыжах.2.Сохранение равновесия при спуске со склона в высокой стойке, закрепление изученной техники подъема	1. Выполняют поворот махом на месте на лыжах по инструкции и показа учителя. 2.Проходят на скорость отрезок на время от 100- 150 м (девочки- 1 раз, мальчики- 2 раза)	1. Выполняют поворот махом на месте на лыжах.2.Проходят на скорость отрезок на время от 100- 150 м (девочки- 3- 5 раз, мальчики- 5-7 раз)
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в повороте махом на лыжах	Совместно с родителем: упражняются в повороте махом на лыжах	Самостоятельно выполняют упражняются в повороте махом на лыжах
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 45

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	7
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Игры на лыжах: «Пятнашки простые», «Самый меткий»
Цель	формирование личности учащегося на основе физической деятельности.

Задачи	Коррекционно- образовательные: разучить игры на лыжах «Пятнашки простые», «Самый меткий», повторить игру «Пустое место».Коррекционно- развивающие: развивать выносливость, координацию движений.Коррекционно- воспитательные: воспитывать интерес обучающихся к лыжному спорту, формировать привычку к здоровому образу жизни.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1. Совершенствование техники передвижения без палок, развитие ловкости в играх на лыжах	1. Играют в игры на лыжах(по возможности)	1. Играют в игры на лыжах
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в одевание лыжного инвентаря	Совместно с родителем: упражняются в одевание лыжного инвентаря	Самостоятельно выполняют упражняются в одевание лыжного инвентаря
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 46

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	7		
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Игры на лыжах : «Переставь флажок», «Попади в круг», «Кто быстрее», «Следи за сигналом»		
Цель	формирование личности учащегося на основе физической деятельности.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: разучить игры на лыжах «Переставь флажок», «Попади в круг», «Кто быстрее», «Следи за сигналом».Коррекционно- развивающие: развивать выносливость, координацию движений.Коррекционно- воспитательные: воспитывать интерес обучающихся к лыжному спорту, формировать привычку к здоровому образу жизни.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения

3. Включение изученного в систему знаний	1. Освоение техники изученных способов передвижения в игровой деятельности	1. Играют в игры на лыжах(по возможности)	1. Играют в игры на лыжах по инструкции учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в одевание лыжного инвентаря	Совместно с родителем: упражняются в одевание лыжного инвентаря	Самостоятельно выполняют упражняются в одевание лыжного инвентаря
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 47

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	7
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Прохождение на лыжах за урок от 1 до 2 км
Цель	овладение навыками прохождения на лыжах за урок от 1до 2 км.
Задачи	Коррекционно- образовательные: учить навыку прохождения на лыжах за урок от 1 до 2 км.Коррекционно- развивающие: развивать выносливость, координацию движений.Коррекционно- воспитательные: воспитывать интерес обучающихся к лыжному спорту, формировать привычку к здоровому образу жизни.

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Переход на учебную лыжню в колонне по одному.2.Одевание лыжного инвентаря.3.Прохождение дистанции на лыжах за урок	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2.Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя.3. Проходят дистанцию без учета времени 1 км	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. 2.Одевают лыжный инвентарь. 3. Проходят дистанцию безучета времени 2 км
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в одевание лыжного инвентаря	Совместно с родителем: упражняются в одевание лыжного инвентаря	Самостоятельно выполняют упражняются в одевание лыжного инвентаря
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 48

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	7		
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Прохождение на лыжах за урок от 1 до 2 км		
Цель	овладение навыками прохождения на лыжах за урок от 1до 2 км.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: учить навыку прохождения на лыжах за урок от 1 до 2 км.Коррекционно- развивающие: развивать выносливость, координацию движений.Коррекционно- воспитательные: воспитывать интерес обучающихся к лыжному спорту, формировать привычку к здоровому образу жизни.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения

3. Включение изученного в систему знаний	1.Переход на учебную лыжню в колонне по одному.2.Одевание лыжного инвентаря.3.Прохождение дистанции на лыжах за урок	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2.Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя.3. Проходят дистанцию без учета времени 1 км	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. 2.Одевают лыжный инвентарь. 3. Проходят дистанцию безучета времени 2 км
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в одевание лыжного инвентаря	Совместно с родителем: упражняются в одевание лыжного инвентаря	Самостоятельно выполняют упражняются в одевание лыжного инвентаря
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 49

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	7
Материально-техническое обеспечение	Музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Техника отбивания мяча то одной, то другой стороной ракетки
Цель	формирование представления о технике отбивания мяча то одной, то другой стороной ракетки.

Задачи	Коррекционно- образовательные: изучать технику отбивания мяча то одной, то другой стороной ракетки.Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений, гибкость, ловкость, быстроту реакции.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность, взаимодействие коллективизм.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Включение изученного в систему знаний	1.Жонглирование теннисным мячом, выполнение отбивания мяча стороной ракетки, передвижение, выполнение ударов со стандартных положений.2.Деффиринцирование разновидностей ударов	1. Выполняют прием и передачу мяча теннисной ракеткой по возможности. 2.Дифференцируют разновидности ударов (по возможности)	1.Выполняют прием и передачу мяча теннисной ракеткой.2.Дифференцируют разновидности ударов
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений на развитие координации	Совместно с родителем: выполняют упражнение на развитие координации	Самостоятельно выполняют упражнение на развитие координации
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 50

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	7		
Материально-техническое обеспечение	Музыкальное сопровождение, теннисные ракетки, теннисные мячи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Правильная стойка теннисиста, техника короткой и длинной подачи мяча		
Цель	формирование представления о технике короткой и длинной подачи мяча.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: изучать технику короткой и длинной подачи мяча.Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений, гибкость, ловкость, быстроту реакции.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность, взаимодействие коллективизм.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец

3. Включение изученного в систему знаний	1.Определение названия подачи. 2.Выполнение подачи мяча, принимая правильное исходное положение	1. Выполняют правильную стойку теннисиста и подачу мяча (по возможности). 2.Дифференцируют разновидности подач (по возможности)	1.Выполняют правильную стойку теннисиста и подачу мяча.2.Дифференцируют разновидности подач
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторение названия подач	Совместно с родителем: повторяют названия подач	Самостоятельно повторяют названия подач
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 51

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	7
Материально-техническое обеспечение	Музыкальное сопровождение, теннисные ракетки, теннисные мячи
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Техника отбивания мяча над столом, за ним и дальше от него
Цель	формирование представления о технике отбивания мяча над столом, за ним и дальше от него.
Задачи	Коррекционно- образовательные: изучать технику отбивания мяча над столом, за ним и дальше от него.Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений, гибкость, ловкость, быстроту реакции.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность, взаимодействие коллективизм.
Этапы урока	Содержание деятельности

	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Включение изученного в систему знаний	1.Повторение техники отбивания мяча.2.Выполнение правильной стойки теннисиста	1.Выполняют отбивание мяча (по возможности).2.Осваивают стойку теннисиста	1. Выполняют отбивание мяча. 2.Принимают правильную стойку теннисиста
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторение техники отбивания мяча	Совместно с родителем: повторяют технику отбивания мяча	Самостоятельно повторяют технику отбивания мяча
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 52

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	5

Материально-техническое обеспечение	Музыкальное сопровождение, видеоматериал, теннисные ракетки, теннисные мячи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Правила соревнований по настольному теннису. Учебная игра в настольный теннис		
Цель	формирование представления о правилах соревнования по настольному теннису.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: изучать правила соревнования по настольному теннису.Коррекционно- развивающие: развивать физические качества: быстроту реакций, координацию движений, ловкость и глазомер.Коррекционно- воспитательные: воспитывать волевые качества: силу воли, собранность, сосредоточенность, внимание.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Включение изученного в систему знаний	1.Ознакомление с правилами соревнований по настольному теннису.2.Одиночная игра	1.Рассматривают видеоматериал по теме. «Правила соревнований по настольному теннису» с помощью учителя.2.Играют в одиночные игры (по возможности)	1.Рассматривают видеоматериал по теме «Правила соревнований по настольному теннису».2.Играют в одиночные игры

4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторение правил соревнований по настольному теннису	Совместно с родителем: повторяют правила соревнований по настольному теннису	Самостоятельно повторяют правила соревнований по настольному теннису
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 53

Предмет	Адаптивная физическая культура	
Класс	7	
Материально-техническое обеспечение	Волейбольные мячи	
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)	
Тема	Передача мяча сверху и снизу двумя руками на месте в волейболе	
Цель	обучение навыкам приема волейбольного мяча двумя руками сверху и снизу.	
Задачи	Коррекционно- образовательные: продолжить обучать технике выполнения приема волейбольного мяча двумя руками сверху и снизу в парах на месте, у сетки.Коррекционно- развивающие: развивать ловкость, “чувство мяча”.Коррекционно- воспитательные: воспитывать интерес к урокам волейбола.	
Этапы урока	Содержание деятельности	
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся

		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Включение изученного в систему знаний	1.Ознакомление с основными стойками волейболиста.2.Демонстрация основных стоек в волейболе, передачи мяча сверху, снизу.3.Выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев.4.Выполняют перемещение на площадке игроков в волейболе, выполнение приема и передачи мяча двумя руками у стены и в парах	1. Осваивают основные стойки волейболиста, после неоднократного показа учителя, ориентируясь на выполнение стойки обучающимися из 2 гр.2. Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев (по возможности). 3.Выполняют перемещения на площадке с помощью педагога.4.Осваивают и используют игровые умения (взаимодействие с партнером)	1. Осваивают основные стойки волейболиста, после показа учителя.2.Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев.3.Выполняют перемещения на площадке.4.Осваивают и используют игровые умения
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторение основных стоек в волейболе	Совместно с родителем: повторяют основные стойки в волейболе	Самостоятельно повторяют основные стойки в волейболе
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 54

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	7		
Материально-техническое обеспечение	Волейбольные мячи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Передача мяча сверху и снизу двумя руками после перемещений		
Цель	обучение навыкам приема волейбольного мяча двумя руками сверху и снизу.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: продолжить обучать технике выполнения приема волейбольного мяча двумя руками сверху и снизу в парах на месте, у сетки.Коррекционно- развивающие: развивать ловкость, “чувство мяча”.Коррекционно- воспитательные: воспитывать интерес к урокам волейбола.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец

3. Включение изученного в систему знаний	1.Ознакомление с основными стойками волейболиста.2.Демонстрация основных стоек в волейболе, передачи мяча сверху, снизу.3.Выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев.4. Совершенствование техники выполнения передачи мяча сверху и снизу двумя руками после перемещений	1. Осваивают основные стойки волейболиста, после неоднократного показа учителя, ориентируясь на выполнение стойки обучающимися из 2 гр.2. Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев (по возможности). 3.Выполняют перемещения на площадке с помощью педагога.4. Принимают и передают мяч сверху и снизу в парах на месте	1. Осваивают основные стойки волейболиста, после показа учителя.2.Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев.3.Выполняют перемещения на площадке.4. Принимают и передают мяч сверху и снизу в парах после перемещений
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторение основных стоек в волейболе	Совместно с родителем: повторяют основные стойки в волейболе	Самостоятельно повторяют основные стойки в волейболе
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 55

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	7
Материально-техническое обеспечение	Волейбольные мячи
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Прием и передача мяча над собой сверху и снизу

Цель	обучение навыкам приема и передачи мяча над собой сверху и снизу.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: продолжить обучать технике выполнения приема и передачи мяча над собой сверху и снизу.Коррекционно- развивающие: развивать ловкость, “чувство мяча”.Коррекционно- воспитательные: воспитывать интерес к урокам волейбола.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Включение изученного в систему знаний	1.Ознакомление с основными стойками волейболиста.2.Демонстрация основных стоек в волейболе, передачи мяча сверху, снизу.3. Выполнение приема и передачи мяча над собой сверху и снизу	1. Осваивают основные стойки волейболиста, после неоднократного показа учителя, ориентируясь на выполнение стойки обучающимися из 2 гр.2. Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев (по возможности).3. Выполняют прием и передача мяча над собой сверху и снизу	1. Осваивают основные стойки волейболиста, после показа учителя.2.Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев.3. Выполняют прием и передача мяча над собой сверху и снизу
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторение основных стоек в волейболе	Совместно с родителем: повторяют основные стойки в волейболе	Самостоятельно повторяют основные стойки в волейболе

5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 56

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	7		
Материально-техническое обеспечение	Музыкальное сопровождение, волейбольная сетка, волейбольные мячи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Прыжки с места и с шага в высоту и длину (2-3 серии прыжков по 5-10 прыжков за урок). Учебная игра в волейбол		
Цель	формирование у обучающихся представления о технике прыжка с места в высоту и длину.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: изучать технику прыжка с места в высоту и длину.Коррекционно- развивающие: развивать внимание, мышление, координационные универсальные умения.Коррекционно- воспитательные: воспитывать устойчивый интерес к двигательной активности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Включение изученного в систему знаний	1.Сочетание работу рук, ног в прыжках у сетки.2.Закрепление правил перехода по площадке.3.Выполнение игровые действий соблюдая правила игры	1.Прыгают вверх с места и с шага, у сетки (1-2 серии прыжков по 5-5 прыжков за урок.2.Выполняют переход по площадке.3.Играют в учебную игру (по возможности)	1.Прыгают вверх с места и с шага, у сетки.2.Выполняют переход по площадке.3.Играют в учебную игру
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений на развитие координации	Совместно с родителем: выполняют упражнение на развитие координации	Самостоятельно выполняют упражнение на развитие координации
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 57

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	7
Материально-техническое обеспечение	Музыкальное сопровождение, эстафетная палочка, набивные мячи
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)

Тема	Бег на короткую дистанцию		
Цель	изучение техники бега на короткие дистанции и научиться применять их на практике.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить технику беговых упражнений.Коррекционно- развивающие: развивать умение выполнять беговые упражнения.Коррекционно- воспитательные: воспитывать волевые качества: силу воли, собранность, сосредоточенность, внимание.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение ходьбы группами наперегонки.2.Выполнение перепрыгивания через набивные мячи.3.Выполнение бега с высокого старта, стартовый разбега и старта из различных исходных положений. 4.Выполнение метания мяча в пол на дальность отскока	1. Выполняют ходьбу группами наперегонки.2.Выполняют перепрыгивания через набивные мячи (расстояние 80-100см, длина 4 метра).3.Выполняют бег с высокого старта, стартовый разбега и старта из различных исходных положений.4.Выполняют метание мяча в пол на дальность отскока	1. Выполняют эстафетный бег (по кругу 60 м) с правильной передачей эстафетной палочки. 2.Выполняют перепрыгивания через набивные мячи (расстояние 80-100см, длина 5 метров).3.Выполняют бег с низкого старта, стартовый разбега и старта из различных исходных положений.4.Выполняют метание мяча в пол на дальность отскока
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение перепрыгивания через набивные мячи	Совместно с родителем: выполняют перепрыгивания через набивные мячи	Самостоятельно выполняют перепрыгивания через набивные мячи

5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 58

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	7		
Материально-техническое обеспечение	Музыкальное сопровождение, эстафетная палочка, набивные мячи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Бег на среднюю дистанцию (400 м)		
Цель	изучение техники бега на среднюю дистанцию.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить технику беговых упражнений.Коррекционно- развивающие: развивать умение выполнять беговые упражнения.Коррекционно- воспитательные: воспитывать волевые качества: силу воли, собранность, сосредоточенность, внимание.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение ходьбы на отрезках от 100 до 200 м.2.Выполнение бега на среднююдистанцию.3.Выполнение метания малого мяча на дальность с места (коридор 10 м)	1. Проходят отрезки от 100 до 200 м.2.Выполняют кроссовый бег на дистанцию 200м.3. Выполняют метание малого мяча на дальность с места (коридор 10м)	1.Проходят отрезки от 100 до 200 м.2.Выполняют кроссовый бег на дистанцию 300м.3.Выполняют метание малого мяча на дальность с 3 шагов разбега (коридор 10м)
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение бега на среднюю дистанцию	Совместно с родителем: выполняют бег на среднюю дистанцию	Самостоятельно выполняют бег на среднюю дистанцию
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 59

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	7
Материально-техническое обеспечение	Музыкальное сопровождение, эстафетная палочка, набивные мячи
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)

Тема	Прыжок в длину с полного разбега		
Цель	формирование у обучающихся осознанного выполнения прыжка в длину с полного разбега.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: обучить постановке толчковой ноги на планку и отталкиваниюКоррекционно- развивающие: способствовать развитию скоростно-силовых качеств.Коррекционно- воспитательные: воспитывать волевые качества: силу воли, собранность, сосредоточенность, внимание.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение бега 60 м с ускорением и на время.2.Выполнение упражнений в подборе разбега для прыжков в длину.3.Выполнение метания на дальность из- за головы через плечо с 4-6 шагов разбега	1.Бегут 60 м с ускорением и на время.2.Выполняют прыжок в длину с 3-5 шагов разбега. 3.Выполняют метание на дальность из-за головы через плечо с 4-6 шагов разбега	1. Бегут 60 м с ускорением и на время.2.Выполняют прыжок в длину с полного разбега.3.Выполняют метание на дальность из-за головы через плечо с 4-6 шагов разбега
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение бега с ускорением	Совместно с родителем: выполняют бег с ускорением	Самостоятельно выполняют бег с ускорением

5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 60

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	7		
Материально-техническое обеспечение	Музыкальное сопровождение, эстафетная палочка, набивные мячи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Прыжок в длину с полного разбега		
Цель	формирование у обучающихся осознанного выполнения прыжка в длину с полного разбега.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: обучить постановке толчковой ноги на планку и отталкиваниюКоррекционно- развивающие: способствовать развитию скоростно-силовых качеств.Коррекционно- воспитательные: воспитывать волевые качества: силу воли, собранность, сосредоточенность, внимание.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение бега 60 м с ускорением и на время.2.Выполнение упражнений в подборе разбега для прыжков в длину.3.Выполнение метания на дальность из- за головы через плечо с 4-6 шагов разбега	1.Бегут 60 м с ускорением и на время.2.Выполняют прыжок в длину с 3-5 шагов разбега. 3.Выполняют метание на дальность из-за головы через плечо с 4-6 шагов разбега	1. Бегут 60 м с ускорением и на время.2.Выполняют прыжок в длину с полного разбега.3.Выполняют метание на дальность из-за головы через плечо с 4-6 шагов разбега
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение бега с ускорением	Совместно с родителем: выполняют бег с ускорением	Самостоятельно выполняют бег с ускорением
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 61

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	7
Материально-техническое обеспечение	Музыкальное сопровождение, набивные мячи

Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Толкание набивного мяча весом до 2-3 кг с места на дальность		
Цель	совершенствование освоенных двигательных действий при выполнении техники метания набивного мяча.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закреплять понятия двигательных действий.Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение упражнений в подборе разбега для прыжков в длину.2.Толкание набивного мяча на дальность	1.Выполняют прыжок в длину с 3-5 шагов разбега.2.Толкают набивной мяч меньшее количество раз	1.Выполняют прыжок в длину с полного разбега.2.Толкают набивной мяч весом до 3 кг
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение прыжков в длину	Совместно с родителем: выполняют прыжки в длину	Самостоятельно выполняют прыжки в длину

5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 62

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	7		
Материально-техническое обеспечение	Музыкальное сопровождение, теннисные мячи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Метание теннисного мяча на дальность с полного разбега по коридору 10 м		
Цель	освоение техники метание теннисного мяча на дальность с полного разбега по коридору 10 м.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закреплять технику метание теннисного мяча на дальность с полного разбега по коридору 10 м.Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение бега на дистанции 30 м (3-6 раза) за урок, на 60м – 3 раза.2.Выполнение упражнений в подборе разбега для прыжков в длину.3.Метание теннисного мяча на дальность с полного разбега по коридору 10 м	1. Выполнение бега на дистанции 30 м (2-3 раза) за урок, на 40м – 1 раз. 2.Выполняют прыжок в длину с 3-5 шагов разбега. 3.Выполняют метание малого мяча на дальность с места (коридор 10 м)	1. Выполнение бега на дистанции 40 м (3-6 раза) за урок, на 30м – 3 раза. 2.Выполняют прыжок в длину с полного разбега.3.Выполняют метание малого мяча на дальность с полного разбега (коридор 10 м)
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в метание теннисного мяча	Совместно с родителем: упражняются в метание теннисного мяча	Самостоятельно упражняются в метание теннисного мяча
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 63

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	7

Материально-техническое обеспечение	Музыкальное сопровождение, теннисные мячи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Метание теннисного мяча на дальность с полного разбега по коридору 10 м		
Цель	освоение техники метание теннисного мяча на дальность с полного разбега по коридору 10 м.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закреплять технику метание теннисного мяча на дальность с полного разбега по коридору 10 м.Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение бега на дистанции 30 м (3-6 раза) за урок, на 60м – 3 раза.2.Выполнение упражнений в подборе разбега для прыжков в	1. Выполнение бега на дистанции 30 м (2-3 раза) за урок, на 40м – 1 раз. 2.Выполняют прыжок в длину с 3-5	1. Выполнение бега на дистанции 40 м (3-6 раза) за урок, на 30м – 3 раза. 2.Выполняют прыжок в длину с полного

	длину.3.Метание теннисного мяча на дальность с полного разбега по коридору 10 м	шагов разбега. 3.Выполняют метание малого мяча на дальность с места (коридор 10 м)	разбега.3.Выполняют метание малого мяча на дальность с полного разбега (коридор 10 м)
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в метание теннисного мяча	Совместно с родителем: упражняются в метание теннисного мяча	Самостоятельно упражняются в метание теннисного мяча
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 64

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	7
Материально-техническое обеспечение	Музыкальное сопровождение, мячи
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Ходьба на скорость 15-20 мин. в различном темпе с изменением шага
Цель	освоение техники ходьбы на скорость 15-20 мин. в различном темпе с изменением шага.
Задачи	Коррекционно- образовательные: закреплять технику ходьбы на скорость 15-20 мин. в различном темпе с изменением шага.Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Включение изученного в систему знаний	1.Ходьба на скорость 15-20 мин. в различном темпе с изменением шага.2.Метание мяча с полного разбега на дальность в коридор 10 м	1. Идут на скорость 15-20 мин. в различном темпе с изменением шага.2.Осваивают метание малого мяча на дальность с места (коридор 10 м)	1. Идут на скорость 15-20 мин. в различном темпе с изменением шага.2.Выполняют метание малого мяча на дальность с места (коридор 10 м)
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в ходьбе в различном темпе	Совместно с родителем: упражняются в ходьбе в различном темпе	Самостоятельно упражняются в ходьбе в различном темпе
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 65

Предмет	Адаптивная физическая культура

Класс	7		
Материально-техническое обеспечение	Музыкальное сопровождение, мячи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Ходьба на скорость 15-20 мин. в различном темпе с изменением шага		
Цель	освоение техники ходьбы на скорость 15-20 мин. в различном темпе с изменением шага.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закреплять технику ходьбы на скорость 15-20 мин. в различном темпе с изменением шага.Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец

3. Включение изученного в систему знаний	1.Ходьба на скорость 15-20 мин. в различном темпе с изменением шага.2.Метание мяча с полного разбега на дальность в коридор 10 м	1. Идут на скорость 15-20 мин. в различном темпе с изменением шага.2.Осваивают метание малого мяча на дальность с места (коридор 10 м)	1. Идут на скорость 15-20 мин. в различном темпе с изменением шага.2.Выполняют метание малого мяча на дальность с места (коридор 10 м)
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в ходьбе в различном темпе	Совместно с родителем: упражняются в ходьбе в различном темпе	Самостоятельно упражняются в ходьбе в различном темпе
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 66

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	7
Материально-техническое обеспечение	Музыкальное сопровождение, эстафетные палочки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Эстафета 4*60 м
Цель	совершенствование физических качеств, посредством веселых стартов и соревновательной деятельности.
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать физические качества, посредством веселых стартов и соревновательной деятельности.Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье; способствовать развитию скоростных качеств, ловкости.Коррекционно- воспитательные: способствовать воспитанию сознательной дисциплинированности, чувства коллективизма, смелости и решительности.

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение специально-беговыхупражнений.2. Освоение техники передачи эстафетной палочки, выполнение эстафетного бега	1. Демонстрируют выполнение специально-беговых упражнений. 2.Выполняют эстафетный бег с этапами до 30 м	1. Выполняют специально- беговые упражнения. 2.Пробегают эстафету (4 * 60 м)
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в ходьбе в различном темпе	Совместно с родителем: упражняются в ходьбе в различном темпе	Самостоятельно упражняются в ходьбе в различном темпе
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 67

Предмет	Адаптивная физическая культура

Класс	7		
Материально-техническое обеспечение	Музыкальное сопровождение, эстафетные палочки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Эстафета 4*60 м		
Цель	совершенствование физических качеств, посредством веселых стартов и соревновательной деятельности.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать физические качества, посредством веселых стартов и соревновательной деятельности.Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье; способствовать развитию скоростных качеств, ловкости.Коррекционно- воспитательные: способствовать воспитанию сознательной дисциплинированности, чувства коллективизма, смелости и решительности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец

3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение специально-беговыхупражнений.2. Освоение техники передачи эстафетной палочки, выполнение эстафетного бега	1. Демонстрируют выполнение специально-беговых упражнений. 2.Выполняют эстафетный бег с этапами до 30 м	1. Выполняют специально- беговые упражнения. 2.Пробегают эстафету (4 * 60 м)
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в ходьбе в различном темпе	Совместно с родителем: упражняются в ходьбе в различном темпе	Самостоятельно упражняются в ходьбе в различном темпе
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 68

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	5
Материально-техническое обеспечение	Музыкальное сопровождение, эстафетные палочки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Кроссовый бег до 2000 м
Цель	выполнение специальных беговых упражнений, развитие интереса к кроссовой подготовке.
Задачи	Коррекционно- образовательные: закреплять технику бега на длинные дистанцииКоррекционно- развивающие: укреплять здоровье; способствовать развитию скоростных качеств, ловкости.Коррекционно- воспитательные: воспитывать ценностное отношение к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения вшеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения иперестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение специально-беговых упражнений.2.Закрепление тактики бега на длинной дистанции	1.Демонстрируют выполнение специально-беговых упражнений.2.Бегут кросс на дистанции 1,5 км	1. Выполняют специально- беговые упражнения.2.Бегут кросс на дистанции 2 км
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в ходьбе в различном темпе	Совместно с родителем: упражняются в ходьбе в различном темпе	Самостоятельно упражняются в ходьбе в различном темпе
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее ФАООП УО, вариант (1), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. №1026 (http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202212300059) и адресована обучающимся с нарушением интеллекта с учетом реализации особых образовательных потребностей.

Также основой нормативно-правовой базы являются следующие документы:

- Методические рекомендации «Организация образования обучающихся с нарушениями интеллекта с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий», г. Москва, 2026 год;

- АООП, 1 вариант, 2 вариант МКОУ «Ножовская школа-интернат VIII вида», разработанной, 31.08.2023 г.;

-Учебный план МКОУ «Ножовская школа-интернат VIII вида», утвержденный 31.08.2026 года;

-Календарный учебный график на 2026-2027 учебный год, утвержденный приказом от 17.08.2026 ОД-100.

Учебный предмет «Адаптивная физическая культура» относится к предметной области «Физическая культура» и является обязательной частью учебного плана. В соответствии с учебным планом рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 8 классе рассчитана на 34 учебные недели и составляет 68 часов в год (2 часа в неделю).

Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа определяет цель и задачи учебного предмета «Адаптивная физическая культура».

Цель обучения – всестороннее развитие личности обучающихся с нарушением интеллекта в процессе приобщения их к физической культуре; коррекция недостатков психофизического развития; развитие индивидуальных двигательных возможностей; создание условий для социальной адаптации.

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 8 классе определяет следующие задачи:

– формирование потребности в систематических занятиях физической культурой, доступными видами спорта;

– формирование основных двигательных качеств: быстрота, сила, ловкость и др.;

– развитие у обучающихся умения следить за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, адекватно их дозировать;

– формирование умений ходить и бегать в различном темпе, во время бега и ходьбы не задерживать дыхание; выполнять ускорения на отрезках от 40-до 60 м;

– формирование умений выполнять прыжок в длину способом «согнув ноги с полного разбега»;

– совершенствование умений метания мяча (на дальность, в цель);

– совершенствование техники выполнения строевых команд и перестроений;

– совершенствование умений сохранять равновесие во время выполнения заданий на гимнастической скамейке и гимнастической стенке;

– совершенствование умений выполнять самостоятельно комплекс общеразвивающих упражнений;

– совершенствование умений перелезать через препятствие и подлезать под препятствие различными способами (в зависимости от высоты препятствия);

– совершенствования умений передвигаться на лыжах;

– формирование мотивации к здоровому образу жизни;

– совершенствование техники и приемов в спортивных играх;

– коррекция недостатков познавательной сферы и психомоторного развития;

– развитие и совершенствование волевой сферы;

– воспитание нравственных качеств и свойств личности.

II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

Содержание учебного предмета «Адаптивная физическая культура» отражено в следующих разделах: «Гимнастика», «Легкая атлетика», «Лыжная подготовка», «Спортивные игры». В каждом из разделов выделено два взаимосвязанных подраздела: «Теоретические сведения» и «Практический материал».

В разделе «Гимнастика» кроме построений и перестроений широко используются физические упражнения с предметами (скакалка, гимнастическая палка и др.) и без предметов.

В раздел «Легкая атлетика» включены традиционные виды: ходьба, бег, прыжки в высоту и в длину, метание, которые способствуют развитию физических качеств обучающихся (силы, ловкости, быстроты). На уроказх проводятся различные эстафеты.

Освоение раздела «Лыжная подготовка» направлено на дальнейшее совершенствование навыков владения лыжами, которые способствуют коррекции психомоторной сферы школьников с нарушением интеллекта. В тех регионах, где климатические условия не позволяют систематически заниматься лыжной или конькобежной подготовками, следует заменить их занятиями гимнастикой, легкой атлетикой, подвижными играми. Но в этом случае следует проводить уроки физкультуры не только в условиях спортивного зала, но и на свежем воздухе.

Особое место в системе уроков по физической культуре занимают разделы «Подвижные игры» и «Спортивные игры», которые не только способствуют укреплению здоровья обучающихся и развитию у них необходимых физических качеств, но и формируют навыки коллективного взаимодействия. В 8 классе обучающиеся совершенствуют свои умения в спортивных играх: волейбол, баскетбол, настольный теннис, продолжают изучать их правила, принимают активное участвуют в учебных играх, организованных учителем на уроках.

Обучение учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 8 классе направлено на всестороннее развитие подростка, развитие его потенциальных возможностей. В процессе проведения уроков адаптивной физической культуры применяются общепедагогические и специальные методы и технологии физического воспитания (метод упражнений, игровой метод, соревновательный метод и др.). На уроках «Адаптивная физическая культура» учитель организует:

– беседы о значении физических упражнений для повышения качества здоровья, по технике безопасности во время занятий физической культурой и спортом, о видах спорта, спортивных играх и др. в соответствии с программой;

– выполнение физических упражнений на основе демонстрации их выполнения учителем;

– выполнение физических упражнений по словесной инструкции учителя;

– самостоятельное Выполнение комплекса упражнений;

– занятия в тренирующем режиме;

– развитие двигательных качеств в процессе занятий гимнастикой, легкой атлетикой, формирование двигательных умений и навыков в процессе подвижных игр.

Уроки физической культуры строятся с учетом знаний структуры дефекта каждого обучающего, всех его потенциальных возможностей.

Таблица 1. Основное содержание учебного предмета ««Адаптивная физическая культура» в 8 классе.

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов
1	Теоретические сведения о физической культуре	В процессе обучения (в течение учебного года)
2	Гимнастика	14
3	Легкая атлетика	20
4	Лыжная подготовка	16
5	Спортивные игры	18
	Итого	68

III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты

– осознает себя гражданином России; демонстрирует чувство гордости за свою Родину;

– владеет навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;

– демонстрирует навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в соревновательной и игровой деятельности.

– владеет знаниями правил безопасного, здорового образа жизни и отдельными навыками их выполнения;

– проявляет интерес к физической культуре и спорту, демонстрирует потребность в систематических занятиях физической культурой и доступными видами спорта;

– имеет адекватные представления о собственных возможностях,

– владеет социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;

– на доступном уровне способен к осмыслению социального окружения, своего места в нем;

– принимает и осваивает социальную роль обучающегося, демонстрирует (на доступном уровне) социально значимые мотивы учебной деятельности.

– проявляет уважительное отношение к спортивным результатам других людей, сверстников;

– сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к физической культуре, работе на результат;

– проявляет чувства доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, сопереживания к чувствам других людей;

– проявляет чувство гордости за успехи, достигнутые в соревнованиях различного уровня, как собственные, так и своих товарищей.

Уровни достижения

предметных результатов по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» на конец 8 класса

Предметные результаты

минимальный уровень

• имеет элементарные представления о физической культуре как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

• выполняет комплексы утренней гимнастики (под руководством учителя);

• знает основные правила поведения на уроках физической культуры и осознанно их применяет;

• имеет представления о двигательных действиях; знает строевые команды и выполняет строевые действия по словесной инструкции;

• умеет вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;

• ходит в различном темпе с различными исходными положениями;

• имеет представления о видах двигательной активности, направленных на развитие основных физических качеств в процессе участия в спортивных играх и эстафетах;

• взаимодействует со сверстниками в организации и проведении спортивных игр, соревнований;

• имеет представления о бережном обращении с инвентарём и оборудованием;

• соблюдает требования техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

достаточный уровень

• осваивает на доступном уровне элементы гимнастики, легкой атлетики, лыжной подготовки, спортивных игр и других видов физической культуры;

• самостоятельно выполняет комплекс упражнений утренней гимнастики;

• выполняет комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; участвует в оздоровительных занятиях, включенных в режим дня;

• умеет подавать строевые команды, вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;

• участвует со сверстниками в спортивных играх и эстафетах;

• умеет оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам в процессе участия в спортивных играх и соревнованиях; осуществляет их объективное судейство;

• знает отдельные спортивные традиции своего народа и других народов;

• знает некоторые факты из истории развития физической культуры, понимает её роль и значение в жизнедеятельности человека;

• знает способы использования различного спортивного инвентаря в основных видах двигательной активности;

• знает правила техники выполнения двигательных действий;

• знает физические упражнения различной целевой направленности, выполняет их с заданной дозировкой нагрузки;

• соблюдает требования техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

Результаты формирования базовых учебных действий:

Личностные учебные действия:

На основе представлений и элементарных знаний (на доступном уровне):

• испытывает чувство гордости за свою страну;

• бережно относится к культурно-историческому наследию родного края и страны;

• активно включается в общеполезную социальную деятельность.

Коммуникативные учебные действия:

В ситуации взаимодействия, организованной учителем:

• вступает и поддерживает коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия (учебных, трудовых, бытовых и др.);

• слушает собеседника, вступает в диалог и поддерживает его;

• использует доступные источники и средства получения информации для решения коммуникативных и познавательных задач.

Регулятивные учебные действия:

При совместной, организованной учителем деятельности:

• принимает и сохраняет цели и задачи учебных и практических заданий и упражнений, находит адекватный способ их решения;

• обладает готовностью к осуществлению взаимного контроля в совместной деятельности и самоконтроля собственной деятельности;

• адекватно реагирует на внешний контроль и оценку, корректирует в соответствии с ней свою деятельность.

Познавательные учебные действия:

На уроке в учебной деятельности, организованной учителем и под его контролем:

• дифференцированно воспринимает окружающий мир, его временно-пространственную организацию;

• использует усвоенные логические операции (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию, установление аналогий, закономерностей, причинно-следственных связей) на наглядном, доступном вербальном материале, в практической деятельности (в соответствии с индивидуальными возможностями);

• использует в жизни и деятельности некоторые межпредметные знания, отражающие несложные, доступные существенные связи и отношения между объектами, явлениями и процессами.

IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Тема учебного занятия	Кол-во часов	Программное содержание	Дифференциация видов деятельности	
				Минимальный уровень	Достаточный уровень
Легкая атлетика					
1	Инструктаж по техники безопасности на уроках легкой атлетики. Бег с переменной скоростью (до 5 мин)	1	Беседа по технике безопасности на занятиях легкой атлетикой. Обсуждение значения занятий легкой атлетикой для физического развития человека. Выполнение комплекса упражнений при ходьбе в определенном темпе. Выполнение бега с переменной скоростью.	Слушают инструктаж о правилах поведения на уроках легкой атлетики. Участвуют в беседе о значении занятий легкой атлетикой. Выполняют комплекс упражнений в процессе ходьбы. Выполняют бег с переменной скоростью (до 4 мин).	Слушают инструктаж о правилах поведения на уроках легкой атлетики, отвечают на вопросы учителя. Участвуют в беседе о значении занятий легкой атлетикой. Выполняют комплекс упражнений в процессе ходьбы. Выполняют бег с переменной скоростью (до 5 мин).
2	Медленный бег с преодолением препятствий	1	Выполнение комплекса упражнений при ходьбе в определенном темпе. Медленный бег с преодолением препятствий Метание мяча в вертикальную цель.	Выполняют комплекс упражнений в процессе ходьбы. Выполняют бег с преодолением препятствий (высота 10-30 см). Метают мяч в вертикальную цель.	Выполняют комплекс упражнений в процессе ходьбы. Выполняют бег с преодолением препятствий (высота 30-40 см). Метают мяч в вертикальную цель.
3	Запрыгивание на препятствие высотой до 50 - 60 см	1	Выполнение бега на отрезке 30 м. Запрыгивание на препятствие.	Выполняют бег. Запрыгивают и спрыгивают с препятствия до 50 см. Выполняют метание мяча на дальность из-за головы через плечо с места.	Запрыгивают и спрыгивают с препятствия высотой до 60 см. Выполняют метание мяча на дальность из-за головы через плечо (с 4-6 шагов с разбега).

			Выполнение метания мяча на дальность из-за головы через плечо.		
4	Бег на отрезках до 30 м.	1	Выполнение беговых упражнений. Бег на отрезках до 30 м. Метание мяча на дальность.	Выполняют беговые упражнения, бегут с ускорением на отрезке до 30 м (1 раз). Выполняют метание мяча на дальность (с места).	Выполняют беговые упражнения, бегут с ускорением на отрезках до 30 м (2-3 раза). Выполняют метание мяча на дальность.
5	Равномерный бег на дистанции 500 м	1	Выполнение беговых упражнений. Выполнение бега на средние дистанции, распределяя свои силы. Метание мяча на дальность.	Выполняют беговые упражнения. Выполняют кроссовый бег до 300 м (допускается смешанное передвижение). Метают мяч на дальность.	Выполняют беговые упражнения. Выполняют кроссовый бег на дистанцию 300 м (девочки), на дистанцию 500 м (мальчики). Метают мяч на дальность.
6	Метание набивного мяча (до 2-3 кг) двумя руками снизу, из-за головы, через голову.	1	Выполнение беговых упражнений. Выполнение бега (60 м) с ускорением и на время. Выполнение броска набивного мяча, согласовывая движения рук и туловища.	Выполняют беговые упражнения. Бегут 60 м с ускорением и на время. Бросают набивной мяч из различных исходных положений (весом до 2 кг).	Выполняют беговые упражнения. Бегут 60 м с ускорением и на время. Бросают набивной мяч из различных исходных положений (весом 2-3 кг).
7	Бег на короткую дистанцию (60 м) с низкого старта	1	Выполнение беговых упражнений. Повторение понятия «низкий старт». Демонстрирование техники стартового разгона,	Выполняют беговые упражнения. Выполняют бег с низкого старта на дистанции 60 м. Бросают набивной мяч из различных исходных положений (весом 1-2 кг).	Выполняют беговые упражнения. Начинают бег с низкого старта на дистанции в 80 м. Бросают набивной мяч из различных исходных положений (весом 2- 3 кг).

			переходящего в бег на дистанции. Выполнение броска набивного мяча, согласовывая движения рук и туловища.		
8	Бег с низкого старта на дистанции 60- 80 м	1	Выполнение беговых упражнений. Демонстрирование техники стартового разгона, переходящего в бег на дистанции. Выполнение броска набивного мяча, согласовывая движения рук и туловища.	Выполняют беговые упражнения. Начинают бег с низкого старта на дистанцию 60 м. Бросают набивной мяч из различных исходных положений (весом 1-2 кг).	Выполняют беговые упражнения. Начинают бег с низкого старта на дистанцию 80 м. Бросают набивной мяч из различных исходных положений (весом 2- 3 кг).
Спортивные игры					
9-10	Инструктаж по технике безопасности при участии в спортивных играх. Ведение мяча с изменением направления	2	Беседа по технике безопасности. Санитарно-гигиенические требования к занятиям баскетболом. Права и обязанности игроков на площадке, предупреждение травматизма. Выполнение стойки баскетболиста. Передача мяча двумя руками от груди с шагом навстречу друг другу.	Принимают участие в беседе, отвечают на вопросы учителя (с опорой на наглядные материалы). Выполняют повороты на месте с мячом в руках Передают и ловят мяч двумя руками от груди в парах на месте (с опорой на показ учителя). Ведут мяч одной рукой на месте и в движении шагом. Выполняют ведение мяча с изменением направлений (без обводки и с обводкой).	Принимают участие в беседе, отвечают на вопросы учителя. Выполняют повороты на месте с мячом в руках. Передают и ловят мяч двумя руками от груди в парах (с опорой на показ учителя). Ведут мяч одной рукой на месте и в движении шагом. Выполняют повороты (в движении) без мяча и после получения мяча (в движении).

			Выполнение ведения мяча на месте и в движении. Выполнение ведения мяча с изменением направлений.		
11-12	Ведение мяча с обводкой препятствий	2	Выполнение передвижений без мяча. Ведение мяча с обводкой условных противников. Передача мяча двумя руками от груди в парах с продвижением вперед.	Выполняют передвижение без мяча (с опорой на показ учителя). Выполняют ведение мяча с обводкой условных противников (с опорой на показ учителя). Передают мяч двумя руками от груди в парах с продвижением вперед.	Выполняют передвижение без мяча. Выполняют ведение мяча с обводкой условных противников. Выполняют передачу мяча двумя руками от груди в парах с продвижением вперед.
13	Бросок мяча по корзине одной рукой от головы	1	Демонстрирование техники приемов игры в баскетбол. Выполнение передачи мяча двумя и одной рукой в парах, тройках в движении. Выполнение бросков мяча в корзину одной рукой от головы с места,	Передают мяч с продвижением вперед двумя руками. Бросают мяч в корзину одной рукой от головы с места (с опорой на показ учителя).	Передают мяч двумя и одной рукой в парах, тройках, с продвижением вперед. Бросают мяч в корзину одной рукой от головы с места.
14	Штрафной бросок	1	Совершенствование техники броска мяча в корзину. Освоение правил игры и штрафного броска. Выполнение передачи мяча двумя и одной рукой в парах, тройках в движении.	Осваивают правила игры и штрафного броска. Передают мяч с продвижением вперед двумя руками. Бросают мяч в корзину двумя руками от груди (с места) с опорой на показ учителя.	Осваивают правила игры и штрафного броска. Передают мяч двумя и одной рукой в парах, тройках, с продвижением вперед. Бросают мяч в корзину двумя руками от груди (с места).

			Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками от груди с места.		
15-16	Вырывание и выбивание мяча	2	Освоение способов вырывания и выбивания мяча. Выполнение вырывания, выбивания, ловли, передачи и ведения мяча в парах.	Осваивают способы вырывания и выбивания мяча (с опорой на показ учителя). Выполняют комплекс упражнений в парах (после инструкции учителя и ориентируясь на образец выполнения обучающимися из более сильной группы).	Осваивают способы вырывания и выбивания мяча. Выполняют комплекс упражнений в парах.
17-18	Комбинации из основных элементов техники перемещений и владении мячом.	2	Выполнение комплекса упражнений с набивными мячами: броски мяча с близкого расстояния, с разных позиций и расстояния. Выполнение ведения мяча с передачей, с последующим броском в кольцо. Учебная игра (по упрощенным правилам).	Выполняют комплекс упражнений с набивными мячами(с опорой на показ учителя). Ведут, бросают, подбирают мяч в процессе учебной игры.	Выполняют комплекс упражнений с набивными мячами. Ведут, бросают, подбирают мяч в процессе учебной игры.
Гимнастика					
19	Перестроение из колонны по одному в колонну по два и по три (на месте)	1	Выполнение строевых действий согласно расчету и команде. Освоение перестроения из колонны по одному в колонну по два и по три на месте.	Выполняют строевые действия под щадящий счёт. Сочетают ходьбу и бег в колонне. Выполняют комплекс упражнений со скакалкой (с опорой на показ учителя).	Выполняют строевые действия. Сочетают ходьбу и бег в колонне. Выполняют комплекс упражнений со скакалкой.

			Тренировочные упражнения: сочетание ходьбы и бега в колонне. Выполнение комплекса упражнений со скакалкой. Выполнение прыжков через скакалку на месте в равномерном темпе.	Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе (на двух ногах произвольным способом).	Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе (на двух ногах, на одной ноге произвольным способом).
20	Повороты направо, налево, кругом (переступанием). Упражнения на сохранение равновесия	1	Ориентирование в пространстве. Выполнение перестроений на месте. Сохранение равновесия при движении по скамейке. Прыжки через скакалку на одной, двух ногах.	Выполняют строевые действия под щадящий счёт (повороты). Выполняют перестроение из колонны по одному в колонну по два, по три (на месте). Выполняют ходьбу по гимнастической скамейке с различными положениями рук. Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе (на двух ногах произвольным способом).	Выполняют строевые действия. Выполняют перестроение из колонны по одному в колонну по два, по три (на месте). Выполняют ходьбу по гимнастической скамейке с различными положениями рук. Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе (на двух ногах, на одной ноге произвольным способом).
21	Упражнения на преодоление сопротивления	1	Выполнение строевых действий и команд. Тренировочные упражнения на изменение скорости передвижения при ходьбе/ беге. Выполнение комплекса упражнений на преодоление сопротивления.	Выполняют строевые команды и действия под щадящий счёт. Изменяют скорость передвижения при ходьбе/ беге. Выполняют комплекс упражнений на преодоление сопротивления (с опорой на показ учителя).	Выполняют строевые команды и действия. Изменяют скорость передвижения при ходьбе/ беге. Выполняют комплекс упражнений на преодоление сопротивления.

22	Упражнения на развитие ориентации в пространстве.	1	Выполнение ходьбы «змейкой», «противоходом». Выполнение комплекса упражнений со сложенной скакалкой в различных исходных положениях. Прыжки через скакалку на двух ногах и на одной ноге.	Выполняют ходьбу «змейкой», «противоходом». Выполняют комплекс упражнений со скакалкой (с опорой на показ учителя). Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе (на двух ногах произвольным способом).	Выполняют ходьбу «змейкой», «противоходом». Выполняют комплекс упражнений со скакалкой. Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе (на двух ногах, на одной ноге произвольным способом).
23	Упражнения на укрепление мышц туловища, рук и ног	1	Выполнение фигурной маршировки. Выполнение комплекса упражнений на укрепление мышц туловища, рук и ног.	Выполняют фигурную маршировку за другим учащимся, ориентируясь на образец выполнения впереди идущего одноклассника. Выполняют комплекс упражнений (с дифференцированной помощью учителя).	Выполняют фигурную маршировку. Выполняют комплекс упражнений на укрепление мышц туловища, рук и ног.
24	Упражнения с сопротивлением	1	Выполнение комплекса упражнений с элементами единоборств. Сохранение равновесия при движении на скамейке.	Выполняют комплекс упражнений на равновесие на скамейке: повороты с различными движениями рук, с хлопками под ногой, повороты на носках, прыжки с продвижением вперед (на полу) Выполняют комплекс упражнений с сопротивлением (3-5 упражнений) с опорой на показ учителя.	Выполняют комплекс упражнений на равновесие на скамейке: повороты с различными движениями рук, с хлопками под ногой, повороты на носках, прыжки с продвижением вперед (на полу). Выполняют комплекс упражнений с сопротивлением.
25	Упражнения с гимнастическими палками	1	Согласование движения палки с движениями туловища, рук, ног. Составление и выполнение комбинации на скамейке.	Выполняют 4-6 упражнений с гимнастической палкой (с опорой на показ учителя). Выполняют доступные упражнения на равновесие.	Составляют и демонстрируют комбинацию упражнений на скамейке (при необходимости с помощью учителя). Выполняют комплекс упражнений с гимнастической палкой.

26-27	Опорный прыжок	2	Выполнение прыжка «согнув ноги» через козла, коня в ширину. Преодоление нескольких препятствий различными способами.	Выполняют наскок в стойку на коленях (с помощью учителя). Преодолевают несколько препятствий (с помощью учителя).	Выполняют опорный прыжок «ноги врозь» через козла, коня в ширину (с помощью учителя). Преодолевают препятствия.
28	Упражнения для формирования правильной осанки	1	Комплекс общеразвивающих упражнений. Переноска 2- 3 набивных мяча (вес до 7-8 кг). Переноска гимнастического коня и козла, матов на расстояние до 15 м. Выполнение прыжка «согнув ноги» через козла, коня в ширину.	Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Переносят 1- 2 набивных мяча (вес до 5-6 кг). Переносят гимнастического коня и козла, маты на расстояние до 10 м. Выполняют наскок в стойку на коленях (при необходимости с помощью учителя).	Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Переносят 2- 3 набивных мячей весом до 7-8 кг. Переносят гимнастического коня и козла, маты на расстояние до 15 м. Выполняют опорный прыжок «ноги врозь» через козла, коня в ширину (при необходимости с помощью учителя).
29	Упражнения со скакалкой	1	Выполнение комплекса упражнений со скакалкой. Выполнение прыжковых упражнений.	Выполняют комплекс упражнений со скакалкой (после обучающей помощи учителя). Выполняют прыжковые упражнения (с опорой на показ и под контролем учителя).	Выполняют комплекс упражнений со скакалкой ((с опорой на показ и инструкции учителя). Выполняют прыжковые упражнения (с опорой на показ учителя).
30	Упражнения с гантелями	1	Выполнение комплекса упражнений с гантелями. Выполнение прыжковых упражнений	Выполняют комплекс упражнений с гантелями (с опорой на показ учителя). Выполняют прыжковые упражнения (с опорой на показ и под контролем учителя).	Выполняют комплекс упражнений с гантелями (с опорой на показ учителя). Выполняют прыжковые упражнения (с опорой на инструкцию учителя).

31-32	Упражнения для развития пространственно- временной дифференцировки и точности движений	2	Выполнение построения в колонну по два, соблюдая заданное расстояние. Выполнение прыжка в длину с места на заданное расстояние. Передача набивного мяча сидя, стоя из одной руки в другую над головой.	Выполняют построение в колонну по два, соблюдая заданное расстояние (по ориентирам). Прыгают в длину с места на заданное расстояние. Передают набивной мяч сидя, стоя из одной руки в другую над головой.	Выполняют построение в колонну по два, соблюдая заданное расстояние. Прыгают в длину с места на заданное расстояние без предварительной отметки. Передают набивной мяч сидя, стоя из одной руки в другую над головой.
Лыжная подготовка					
33-34	Одновременный одношажный ход	2	Беседа о технике безопасности во время передвижений с лыжами под рукой и на плече. Выполнение строевых действий с лыжами. Тренировка выполнения одновременного одношажного хода. Передвижение одновременным одношажным ходом по лыжне.	Принимают участие в беседе, отвечают на вопросы учителя. Смотрят показ с объяснением. Совершенствуют технику выполнения строевых команд и приемов. Смотрят показ с объяснением техники одновременного одношажного хода и выполняют передвижение на лыжах.	Принимают участие в беседе, отвечают на вопросы учителя. Смотрят показ с объяснением. Совершенствуют технику выполнения строевых команд и приемов. Смотрят показ с объяснением техники одновременного одношажного хода и выполняют передвижение на лыжах.
35-36	Коньковый ход	2	Освоение техники конькового хода с последующей демонстрацией. Выполнение техники передвижения коньковым ходом на короткой дистанции (100-150 метров).	Смотрят показ с объяснением. Тренируются в передвижении коньковым ходом на короткой дистанции (100-150 метров).	Смотрят показ с объяснением. Тренируются в передвижении коньковым ходом на короткой дистанции (100-150 метров).

37	Торможение и поворот «плугом»	1	Освоение способа торможения на лыжах. Демонстрация способа торможения «плугом». Выполнение торможения «плугом» на дистанции (100 м) после разбега. Передвижение на лыжах изученными способами.	Смотрят показ с объяснением. Тренируются в торможении «плугом» (после инструкции и неоднократного показа учителя). Выполняют разбег на короткой дистанции с торможением по очереди (ориентируясь на образец выполнения обучающимися из 2 группы). Передвигаются на лыжах изученными способами.	Смотрят показ с объяснением. Тренируются в торможении «плугом». Выполняют комбинированное торможение лыжами и палками. Выполняют разбег на короткой дистанции с торможением по очереди. Передвигаются на лыжах изученными способами.
38	Комбинированное торможение лыжами и палками	1	Совершенствование различных способов торможения на лыжах. Передвижение коньковым ходом.	Совершенствуют различные способы торможения лыжами и палками. Тренируются в передвижении коньковым ходом.	Совершенствуют различные способы торможения лыжами и палками. Тренируются в передвижении коньковым ходом .
39-40	Игра «Гонка на выбывание»	2	Освоение техники изученных способов передвижения в игровой деятельности.	Смотрят показ с объяснением. Слушают правила игры. Играют в игры на лыжах (по возможности).	Смотрят показ с объяснением. Слушают правила игры. Играют в игры на лыжах по инструкции учителя.
41-42	Передвижение в быстром темпе (на отрезках 40-60 м)	2	Тренировочные упражнения на комбинированное торможение на лыжах. Прохождение на лыжах отрезков на скорость.	Осваивают комбинированное торможение лыжами и палками (по возможности). Передвигаются в быстром темпе на отрезке от 30- 40 м.	Выполняют комбинированное торможение лыжами и палками. Передвигаются в быстром темпе на отрезке от 40- 60 м.
43-44	Передвижение в быстром темпе (по кругу 100-150 м)	2	Выполнение поворота махом на лыжах. Сохранение равновесия при спуске со склона в высокой	Выполняют поворот махом на месте на лыжах (после инструкции и неоднократного показа учителя).	Выполняют поворот махом на месте на лыжах (с опорой на показ учителя).

			стойке, закрепление изученной техники подъема.	Проходят на скорость отрезок от 100- 150 м (девочки- 1 раз, мальчики- 2 раза)	Проходят на скорость отрезок на время от 100- 150 м (девочки- 3-5 раз, мальчики- 5-7 раз).
45	Игры на лыжах: «Пятнашки простые», «Самый меткий»	1	Совершенствование техники передвижения без палок, развитие ловкости в играх на лыжах.	Слушают правила игры. Принимают по возможности участие в играх.	Смотрят показ с объяснением. Слушают правила игры. Принимают участие в играх.
46	Игры на лыжах: «Переставь флажок», «Попади в круг», «Кто быстрее», «Следи за сигналом»	1	Освоение техники изученных способов передвижения на лыжах в игровой деятельности.	Слушают правила игры. Принимают по возможности участие в играх.	Смотрят показ с объяснением. Слушают правила игры. Принимают участие в играх.
47-48	Прохождение на лыжах от 1 до 2 км	1	Прохождение дистанции на лыжах.	Проходят дистанцию без учета времени 1 км.	Проходят дистанцию без учета времени 2 км.
Спортивные игры					
49	Инструктаж по технике безопасности на уроках по спортивным играм	1	Беседа по технике безопасности, санитарно-гигиенические требования к занятиям волейболом. Права и обязанности игроков на площадке, предупреждение травматизма.	Слушают инструктаж о правилах поведения на уроках, рассматривают слайды мультимедийной учебной презентации «Безопасное поведение во время игры в волейбол». Выполняют ходьбу в определённом темпе. Выполняют комплекс упражнений (3-4 вида) в процессе ходьбы (с опорой на показ учителя).	Слушают инструктаж о правилах поведения на уроках, рассматривают слайды мультимедийной учебной презентации «Безопасное поведение во время игры в волейбол». Выполняют ходьбу в определённом темпе. Выполняют комплекс упражнений (4-6 видов) в процессе ходьбы (с опорой на инструкцию учителя).
50	Передача мяча сверху и снизу двумя руками на месте в волейболе	1	Выполнение техники передачи мяча сверху и снизу двумя руками (на мест.	Выполняют ходьбу в определённом темпе.	Выполняют ходьбу в определённом темпе.

				Выполняют комплекс упражнений (3-4 вида) в процессе ходьбы (с опорой на показ учителя). Выполняют прием и передачу мяча снизу и сверху, передачу двумя руками (на месте).	Выполняют комплекс упражнений (4-6 видов) в процессе ходьбы (с опорой на инструкцию учителя). Выполняют прием и передачу мяча снизу и сверху, передачу двумя руками (на месте).
51	Нижняя прямая подача	1	Совершенствование техники нижней прямой подачи. Совершенствование стойки во время выполнения нижней прямой подачи.	Тренируют технику нижней прямой подачи (с опорой на показ учителя). Выполняют стойку во время нижней прямой подачи (с опорой на показ учителя). Тренируются в выполнении нижней прямой подачи (с опорой на показ учителя и. по его инструкции).	Тренируют технику нижней прямой подачи (по инструкции учителя). Выполняют стойку во время нижней прямой подачи (с опорой на показ учителя). Тренируются в выполнении нижней прямой подачи.
52	Верхняя прямая подача	1	Определение способов подачи мяча в волейболе. Совершенствование техники нижней прямой подачи. Освоение техники стойки во время выполнения верхней прямой подачи. Выполнение верхней прямой подачи.	Смотрят показ с объяснением техники правильного выполнения верхней прямой подачи. Определяют способы подачи мяча в волейболе (с помощью учителя). Выполняют нижнюю прямую подачу (с опорой на показ учителя). Выполняют стойку во время верхней прямой подачи (с опорой на неоднократную инструкцию и показ учителя). Тренируются в выполнении верхней прямой подачи (по инструкции учителя и ориентируясь на образец выполнения	Смотрят показ с объяснением техники правильного выполнения верхней прямой подачи. Определяют способы подачи мяча в волейболе. Выполняют нижнюю прямую подачу (с опорой на инструкции учителя). Выполняют стойку во время верхней прямой подачи (с опорой на инструкцию и показ учителя). Тренируются в выполнении верхней прямой подачи (по инструкции учителя).

				обучающимися из более сильной группы).	
53-54	Прием мяча снизу в две руки	2	Освоение техники приема мяча в две руки. Демонстрация приема мяча снизу. Выполнение техники приема мяча снизу двумя руками. Выполнение верхней прямой подачи группами с приемом мяча по очереди.	Смотрят показ с объяснением техники правильного выполнения техники приема мяча в две руки. Тренируются в приеме мяча в две руки (по инструкции учителя и ориентируясь на образец выполнения обучающимися из более сильной группы). Тренируют прием мяча снизу двумя руками (с опорой на показ учителя). Выполняют по возможности верхнюю прямую подачу, ориентируясь на образец показа учителем.	Смотрят показ с объяснением технике правильного выполнения техники приема мяча в две руки. Тренируются в приеме мяча в две руки. Тренируют прием мяча снизу двумя руками (с опорой на инструкцию учителя). Выполняют верхнюю прямую подачу (группами с приемом мяча по очереди).
55-56	Прыжки с места и с шага в высоту и длину (2-3 серии прыжков по 5-10 прыжков за урок).	2	Сочетание работы рук, ног в прыжках у сетки. Закрепление правил перехода игроков по волейбольной площадке. Учебная игра в волейбол. Выполнение игровых действий соблюдая правила игры.	Прыгают вверх с места и с шага, у сетки (1-2 серии прыжков по 5-6 прыжков за урок). Выполняют переход по площадке (под контролем учителя). Принимают участие в учебной игре.	Прыгают вверх с места и с шага, у сетки. Выполняют переход по площадке. Принимают участие в учебной игре.
Легкая атлетика					
57	Бег на короткую дистанцию	1	Выполнение ходьбы группами (наперегонки).	Выполняют ходьбу группами (наперегонки).	Выполняют эстафетный бег (по кругу 60 м) с правильной передачей эстафетной палочки.

			Перепрыгивание через набивные мячи. Выполнение бега с высокого старта, стартовый разбег и старт из различных исходных положений. Выполнение метания мяча в пол на дальность отскока.	Перепрыгивают через набивные мячи (расстояние 80-100 см, длина 4 метра). Выполняют бег с высокого старта, стартовый разбега. Выполняют метание мяча в пол на дальность отскока (с опорой на показ учителя).	Перепрыгивают через набивные мячи (расстояние 80-100 см, длина 5 метров). Выполняют бег с низкого старта, стартовый разбега. Демонстрируют выполнение старта из различных исходных положений. Выполняют метание мяча в пол на дальность отскока.
58	Бег на среднюю дистанцию (400 м)	1	Выполнение ходьбы на отрезках (от 100 до 200 м). Выполнение бега на среднюю дистанцию. Выполнение метания малого мяча на дальность с места (коридор 10 м).	Проходят отрезки от 100 до 200 м. Выполняют кроссовый бег на дистанции в 200 м. Метают малый мяч на дальность с места (коридор 10м).	Проходят отрезки от 100 до 200 м. Выполняют кроссовый бег на дистанции в 400 м. Метают малый мяч на дальность с 3 шагов разбега (коридор 10м).
59	Прыжок в длину с полного разбега	2	Бег на дистанцию 60 м с ускорением (на время). Выполнение комплекса упражнений в подборе разбега для прыжков в длину. Прыжок в длину с полного разбега. Выполнение метания на дальность из-за головы через плечо (с 4-6 шагов разбега).	Бегут 60 м с ускорением (на время). Выполняют прыжок в длину (с 3-5 шагов разбега). Выполняют метание на дальность из-за головы через плечо (с 4-6 шагов разбега).	Бегут 60 м с ускорением (на время). Выполняют прыжок в длину с полного разбега. Выполняют метание на дальность из-за головы через плечо (с 4-6 шагов разбега).

61	Толкание набивного мяча (весом до 2-3 кг) с места на дальность	1	Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений. Толкание набивного мяча на дальность.	Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений (с опорой на показ учителя). Смотрят показ с объяснением техники толкания набивного мяча (весом до 2 кг). Толкают набивной мяч (с опорой на показ учителя).	Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений (с опорой на показ учителя). Смотрят показ с объяснением техники толкания набивного мяча (весом до 2 кг). Толкают набивной мяч (весом до 3 кг).
62-63	Метание теннисного мяча на дальность с полного разбега (коридор 10 м)	2	Выполнение бега на дистанции 40 м (3-6 раз) за урок, на 60 м (3 раза). Выполнение комплекса упражнений в подборе разбега для прыжков в длину. Прыжок в длину с полного разбега Метание теннисного мяча на дальность с полного разбега (коридор 10 м).	Выполнение бега на дистанции 40 м (2-4 раза) за урок, на 60м – 1 раз. Выполняют прыжок в длину (с 3-5 шагов разбега). Выполняют метание малого мяча на дальность с места (коридор 10 м).	Выполнение бега на дистанции 40 м (3-6 раза) за урок, на 60м – 3 раза. Выполняют прыжок в длину с полного разбега. Выполняют метание малого мяча на дальность с полного разбега (коридор 10 м).
64-65	Ходьба на скорость (15-20 мин) в различном темпе с изменением шага	2	Ходьба на скорость (15-20 мин) в различном темпе с изменением шага. Метание мяча с полного разбега на дальность (коридор 10 м).	Идут на скорость (10-15 мин) в различном темпе с изменением шага. Тренируются в метании малого мяча на дальность с места (коридор 10 м)	Идут на скорость (15-20 мин) в различном темпе с изменением шага. Выполняют метание малого мяча на дальность с места (коридор 10 м).
66-67	Эстафета 4*60 м	2	Выполнение беговых упражнений. Тренировка передачи эстафетной палочки.	Демонстрируют выполнение беговых упражнений. Выполняют эстафетный бег с этапами до 30 м.	Выполняют беговые упражнения. Пробегают эстафету (4*60 м).

			Выполнение эстафетного бега.		
68	Кроссовый бег (до 2000 м).	1	Выполнение беговых упражнений. Закрепление тактики бега на длинной дистанции.	Демонстрируют выполнение беговых упражнений. Бегут кросс на дистанцию 1,5 км.	Выполняют беговые упражнения. Бегут кросс на дистанцию 2 км.

V. ТЕХНОЛОГИЧЕСКОЕ И МЕТОДИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

Урок 1

<table>
<tr><td>Предмет</td><td colspan="3">Адаптивная физическая культура</td></tr>
<tr><td>Класс</td><td colspan="3">8</td></tr>
<tr><td>Материально-техническое обеспечение</td><td colspan="3">Рулетка, презентация (по возможности), секундомер</td></tr>
<tr><td>Тип урока</td><td colspan="3">Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)</td></tr>
<tr><td>Тема</td><td colspan="3">Инструктаж по техники безопасности на уроках легкой атлетики. Бег с переменной скоростью до 5 мин</td></tr>
<tr><td>Цель</td><td colspan="3">Формировать представление о правилах поведения во время занятий физической культурой в зале и на спортивной площадке</td></tr>
<tr><td>Задачи</td><td colspan="3">Коррекционно- образовательные: закрепить основные гигиенические правила, правилами безопасного поведения во время занятий физической культурой в зале и на спортивной площадке, развивать умение у обучающихся поддерживать стабильный и комфортный темп на протяжении всего времени бега, правильно дышать во время бегаКоррекционно- развивающие: развивать выносливостьКоррекционно- воспитательные: воспитывать интерес к занятиям легко-атлетическими упражнениями</td></tr>
<tr><td rowspan="3">Этапы урока</td><td colspan="3">Содержание деятельности</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Деятельность учителя</td><td colspan="2">Деятельность обучающихся</td></tr>
<tr><td>Минимальный уровень</td><td>Достаточный уровень</td></tr>
<tr><td>1. Организационный этап</td><td>Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку</td><td colspan="2">Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя</td></tr>
</table>

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Показ презентации о технике безопасности на уроках легкой атлетики (по возможности)	Смотрят презентацию, отвечают на вопросы с опорой на иллюстрации	Смотрят презентацию, самостоятельно отвечают на вопросы
3. Включение изученного в систему знаний	Проведение специально- беговых упражнений.Бег на дистанции 60 м.Прыжок в длину с места (2 попытки).Бег с переменной скоростью до 5 мин	Отвечают с помощью вопросов учителя. Выполняют упражнения разминки (по возможности)Выполняют низкий старт и стартовый разгон.Выполняют прыжок в длину с места (по возможности).Бег с переменной скоростью до 2-3 мин	Самостоятельно отвечают на вопрос. Выполняют разминку в движенииВыполняют бег на дистанции 60 м.Выполняют прыжок в длину с места Бег с переменной скоростью до 5 мин
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторить технику безопасности	Выполняют домашнее задание опираясь на демонстрационный материал	Выполняют домашнее заданиесамостоятельно
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно.**Приём «Три М».** Учащимся предлагается назвать три момента, которые у них получились хорошо в процессе урока

Урок 2

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	8
Материально-техническое обеспечение	Секундомер, мячи для метания
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Медленный бег с преодолением препятствий

Цель	Развитие выносливости и улучшение общей физической подготовки обучающихся		
Задачи	Коррекционно- образовательные: развивать умение у обучающихся поддерживать стабильный и комфортный темп на протяжении всего времени бега, правильно дышать во время бегаКоррекционно- развивающие: улучшить координацию движений, ритм и чувство собственного тела, необходимое для плавного поддержания заданного темпа.Коррекционно- воспитательные: формировать положительное отношение к здоровому образу жизни и заботе о своём здоровье		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение специально- беговых упражнений.Инструктаж по техники безопасности при выполнение бега с преодолением препятствий	Показывают правильный ответ используя карточки- иллюстрации.Выполняют специально- беговые упражнения (по возможности).Слушают объяснение	Отвечают на вопросы учителя.Выполняют специально- беговые упражнения.Слушают объяснение, задают вопросы
3. Включение изученного в систему знаний	Медленный бег с преодолением препятствийМетание в вертикальную цель	Выполняют ходьбу с преодолением препятствийВыполняют метание мяча в вертикальную цель	Выполняют медленный бег с преодолением препятствийВыполняют метание мяча в вертикальную цель
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнить приседания 8-10 раз	Выполняют упражнения 5-7 раз	Выполняют упражнения 8-10 раз
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно.**Приём «Три М».** Учащимся предлагается назвать три момента, которые у них получились хорошо в процессе урока

Урок 3

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	8		
Материально-техническое обеспечение	Секундомер, скакалки, мячи для метания		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Запрыгивание на препятствие высотой до 50 - 60 см		
Цель	Развитие ловкости, прыгучести		
Задачи	Коррекционно- образовательные: освоение правильной техники запрыгивания на препятствие.Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений, укреплять мышцы ног.Коррекционно- воспитательные: формировать положительное отношение к здоровому образу жизни и заботе о своём здоровье		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение бега на отрезке с ускорением 30 м	Демонстрируют технику выполнения упражнения.Выполняют бег на отрезке 30 м	Выполняют домашнее задание.Выполняют бег на отрезке 30 м

3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение запрыгивания на препятствие.Выполнение медленного бега 6 мин.Выполнение метания мяча на дальность из-за головы через плечо	Запрыгивают и спрыгивают с препятствия до 50 см.Выполняют бег в чередовании с ходьбой 6 минМетают различные предметы из мягких материалов весом 100-150 г на дальность	Запрыгивают и спрыгивают с препятствия до 60 см.Выполняют медленный бег 6 минМетают различные предметы из мягких материалов весом 100-150 г на дальность
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнить приседания 10-12 раз	Выполняют упражнения 5-7 раз	Выполняют упражнения 10-12 раз
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно.**Приём «Три М».** Учащимся предлагается назвать три момента, которые у них получились хорошо в процессе урока

Урок 4

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	8
Материально-техническое обеспечение	Секундомер, скакалки, мячи для метания
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Бег на отрезках до 30 м. Беговые упражнения
Цель	Повышение физической выносливости

Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить технику бега на короткую дистанцию.Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений, укреплять мышцы ног.Коррекционно- воспитательные: формировать положительное отношение к регулярной физической активности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Объяснение техники бега на короткую дистанцию	Демонстрируют технику выполнения упражнения.Слушают объяснение	Выполняют домашнее задание.Слушают объяснение
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение беговых упражнений.Выполнение повторного бега из исходного положения низкого стартаВыполнение метания различных предметов из мягких материалов весом 100-150 г на дальность	Выполняют беговые упражнения (по возможности).Выполняют бег на 30 м -2 раза за урок.Метают различные предметы из мягких материалов весом 100-150 г на дальность	Выполняют беговые упражнения.Выполняют бег на 30 м -4 раза за урокМетают различные предметы из мягких материалов весом 100-150 г на дальность
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторить положения низкого старта	Выполняют упражнение	Выполняют упражнение
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Круг успеха»

Урок 5

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	8		
Материально-техническое обеспечение	Секундомер, мячи для метания		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Равномерный бег 500 м		
Цель	Повышение физической выносливости		
Задачи	Коррекционно- образовательные: освоение правильной техники бега на среднюю дистанцию.Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений, укреплять мышцы ног.Коррекционно- воспитательные: формировать положительное отношение к регулярной физической активности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение специально- беговых упражнений.Выполнение многоскоков с мягким приземлением на две ноги	Демонстрируют технику выполнения упражнения.Выполняют специальные беговые упражнения на меньшей дистанции.Выполняют прыжки в шаге с приземлением на обе ноги до 10 м	Выполняют домашнее задание.Выполняют специальные беговые упражнения на меньшей дистанции.Выполняют прыжки в шаге с приземлением на обе ноги до 15 м

3. Включение изученного в систему знаний	Объяснение техники бега на среднюю дистанцию.Выполнение бега на средней дистанции.Выполнение метания нескольких мячей в различные цели из различных исходных положений	Слушают объяснение.Бегут кросс на дистанцию 300 м.Метают несколько мячей в различные цели из различных исходных положений	Слушают объяснение.Бегут кросс на дистанцию 500 м.Метают несколько мячей в различные цели из различных исходных положений
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выпрыгивание вверх из приседа 8-10 раз	Выполняют приседание 5-6 раз	Выполняют упражнение 8-10 раз
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Круг успеха»

Урок 6

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	8
Материально-техническое обеспечение	Секундомер, мячи для метания
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Метание набивного мяча (2-3 кг) двумя руками снизу, из-за головы, через голову
Цель	Повышение физической выносливости
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику бега на короткой дистанции.Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений, укреплять мышцы ног.Коррекционно- воспитательные: формировать положительное отношение к регулярной физической активности.

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение специально- беговых упражнений.Выполнение многоскоков с мягким приземлением на две ноги	Демонстрируют технику выполнения упражнения.Выполняют специальные беговые упражнения на меньшей дистанции.Выполняют прыжки в шаге с приземлением на обе ноги до 10 м	Выполняют домашнее задание.Выполняют специальные беговые упражнения на меньшей дистанции.Выполняют прыжки в шаге с приземлением на обе ноги до 15 м
3. Включение изученного в систему знаний	Объяснение техники бега на короткую дистанцию.Выполнение бега на 60 мВыполнение броска набивного мяча, согласовывая движения рук и туловища	Слушают объяснение.Бегут 60 м с ускорением и на времяБросают набивной мяч из различных исходных положений (весом 1-2 кг)	Слушают объяснение.Бегут 60 м с ускорением и на времяБросают набивной мяч из различных исходных положений (весом 2-3 кг)
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выпрыгивание вверх из приседа 8-10 раз	Выполняют приседание 5-6 раз	Выполняют упражнение 8-10 раз
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Круг успеха»

Урок 7

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	8

Материально-техническое обеспечение	Секундомер, скакалки, мячи набивные		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Бег на короткую дистанцию 60 м низкого старта		
Цель	Повышение физической выносливости		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику бега на короткой дистанции.Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений, укреплять мышцы ног.Коррекционно- воспитательные: формировать положительное отношение к регулярной физической активности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Объяснение техники бега на короткую дистанцию	Демонстрируют технику выполнения упражнения.Слушают объяснение	Выполняют домашнее задание.Слушают объяснение
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение повторного бега из исходного положения низкого стартаПерепрыгивание с одной ноги на другую, выполнение прыжков на двух ногах через вращающуюся скакалку вперед, назад с промежуточным подскоком до 15-20 секунд.Выполнение броска набивного мяча, согласовывая движения рук и туловища	Выполняют бег на 60 м -2 раза за урок.Выполняют прыжки через скакалку на месте в равномерном темпе 1 мин. Бросают набивной мяч из различных исходных положений (весом 1-2 кг)	Выполняют бег на 60 м -4 раза за урокВыполняют прыжки через скакалку на месте в равномерном темпе до 2 мин.Бросают набивной мяч из различных исходных положений (весом 2-3 кг)

4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторить положения низкого старта	Выполняют упражнение	Выполняют упражнение
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Круг успеха»

Урок 8

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	8		
Материально-техническое обеспечение	Секундомер, скакалки, мячи набивные		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Бег с низкого старта на дистанции 60- 80 м		
Цель	Повышение физической выносливости		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закреплять понятие низкий старт, совершенствовать технику броска набивного мяча.Коррекционно-развивающие: развивать координацию движений, укреплять мышцы ног.Коррекционно- воспитательные: формировать положительное отношение к регулярной физической активности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Объяснение техники бега на короткую дистанцию	Демонстрируют технику выполнения упражнения.Слушают объяснение	Выполняют домашнее задание.Слушают объяснение
3. Включение изученного в систему знаний	Закрепление понятия низкий старт.Демонстрирование техники стартового разгона, переходящего в бег по дистанцииВыполнение броска набивного мяча, согласовывая движения рук и туловища	Выполняют бег на 60 м -1-2 раза за урок.Бросают набивной мяч из различных исходных положений (весом 1-2 кг)	Выполняют бег на 80 м -2 раза за урок.Бросают набивной мяч из различных исходных положений (весом 2-3 кг)
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выпрыгивание вверх из приседа 8-10 раз	Выполняют приседание 5-6 раз	Выполняют упражнение 8-10 раз
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Круг успеха»

Урок 9

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	8
Материально-техническое обеспечение	Набивные мячи, баскетбольные мячи
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)

Тема	Инструктаж по ТБ на уроках спортивных играх. Ведение мяча с изменением направления		
Цель	**Овладение основными приёмами техники ведения мяча в баскетболе**		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить умения и навыки владения мячом, ведения мяча с изменением направленияКоррекционно-развивающие: развивать координацию, внимание, быстроту, ловкостьКоррекционно- воспитательные: прививать интерес к здоровому образу жизни и самостоятельным занятиям физическими упражнениями		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Беседа по ТБ, санитарно-гигиенические требования к занятиям баскетболом, права и обязанности игроков на площадке, предупреждение травматизма	Демонстрируют технику выполнения упражнения.Отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорных поощрений)	Выполняют домашнее задание.Отвечают на вопросы по прослушанному материалу
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение стойки баскетболиста, передачи мяча двумя руками от груди с шагом навстречу друг другу.Выполнение ведения мяча на месте и в движенииВыполнение ведения мяча с изменением направлений	Останавливаются по сигналу учителя, выполняют повороты на месте с мячом в руках, передают и ловят мяч двумя руками от груди в парах на месте (на основе образца учителя).Ведут мяч одной рукой на месте и в движении шагом.Выполняют ведение мяча с изменением направлений (без обводки и с обводкой)	Останавливаются по сигналу учителя, выполняют повороты на месте с мячом в руках, передают и ловят мяч двумя руками от груди в парах (на основе образца учителя).Ведут мяч одной рукой на месте и в движении шагом.Выполняют повороты в движении без мяча и после получения мяча в движении

4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнить сгибание и разгибание рук в упоре лежа 10-12 (д), 15-20 (ю)	Выполняют сгибание и разгибание рук в упоре стоя на коленях (по возможности)	Выполняют сгибание и разгибание рук в упоре лежа 10-12 (д), 15-20 (ю)
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Круг успеха»

Урок 10

Предмет	Адаптивная физическая культура	
Класс	8	
Материально-техническое обеспечение	Набивные мячи, баскетбольные мячи	
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)	
Тема	Ведение мяча с изменением направления	
Цель	**Овладение основными приёмами техники ведения мяча в баскетболе**	
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать умения и навыки владения мячом, ведения мяча с изменением направленияКоррекционно- развивающие: развивать координацию, внимание, быстроту, ловкостьКоррекционно- воспитательные: прививать интерес к здоровому образу жизни и самостоятельным занятиям физическими упражнениями	
Этапы урока	Содержание деятельности	
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся

		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организует проверку домашнего задания.Выполняют упражнения в движении	Демонстрируют технику выполнения упражнения.Выполняют упражнения движении	Выполняют домашнее задание.Выполняют упражнения в движении
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение стойки баскетболиста, передачи мяча двумя руками от груди с шагом навстречу друг другу.Выполнение ведения мяча на месте и в движении.Выполнение ведения мяча с изменением направлений	Останавливаются по сигналу учителя, выполняют повороты на месте с мячом в руках, передают и ловят мяч двумя руками от груди в парах на месте (на основе образца учителя). Ведут мяч одной рукой на месте и в движении шагом.Выполняют ведение мяча с изменением направлений (без обводки и с обводкой)	Останавливаются по сигналу учителя, выполняют повороты на месте с мячом в руках, передают и ловят мяч двумя руками от груди в парах (на основе образца учителя).Ведут мяч одной рукой на месте и в движении шагом.Выполняют повороты в движении без мяча и после получения мяча в движении
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнить сгибание и разгибание рук в упоре лежа 10-12 (д), 15-20 (ю)	Выполняют сгибание и разгибание рук в упоре стоя на коленях (по возможности)	Выполняют сгибание и разгибание рук в упоре лежа 10-12 (д), 15-20 (ю)
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения рук	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения рук

Урок 11

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	9

Материально-техническое обеспечение	Набивные мячи, баскетбольные мячи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Ведение мяча шагом с обводкой препятствий		
Цель	**Формирование навыка правильно выполнять ведение мяча с обводкой препятствий**		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику ведения мяча с обводкой препятствий, развивать познавательный интерес к учебной деятельности на уроке.Коррекционно- развивающие: коррегировать координационные способности.Коррекционно-воспитательные: воспитание морально-волевых качеств личности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение разминки: разновидности ходьбы и бега с элементами остановок, поворотов и перемещений	Демонстрируют технику выполнения упражнения.Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках).	Выполняют домашнее задание.Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках).Выполняют упражнений в паре с баскетбольным мячом
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение упражнений в паре с баскетбольным мячом.Ускорения 15-20 мВыполнение комбинации из элементов баскетболаУчебная игра по упрощенным правилам	Выполняют упражнений в паре с баскетбольным мячом.Выполняют ускорение 10 -12 м.Выполняют элементы по отдельностиУчаствуют в учебной игре (по возможности)	Выполняют упражнений в паре с баскетбольным мячом.Выполняют ускорение 15 -20 м.Выполняют комбинацию из элементовИграют в учебную игру по упрощенным правилам

4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнить сгибание и разгибание рук в упоре лежа 12-15 (д), 20 (ю)	Выполняют сгибание и разгибание рук в упоре стоя на коленях (по возможности)	Выполняют сгибание и разгибание рук в упоре лежа 12 (д), 20 (ю)
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Круг успеха»

Урок 12

<table>
<tr><td>Предмет</td><td colspan="3">Адаптивная физическая культура</td></tr>
<tr><td>Класс</td><td colspan="3">8</td></tr>
<tr><td>Материально-техническое обеспечение</td><td colspan="3">Набивные мячи, баскетбольные мячи</td></tr>
<tr><td>Тип урока</td><td colspan="3">Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)</td></tr>
<tr><td>Тема</td><td colspan="3">Ведение мяча шагом с обводкой препятствий</td></tr>
<tr><td>Цель</td><td colspan="3">Овладение основными приёмами техники ведения мяча в баскетболе</td></tr>
<tr><td>Задачи</td><td colspan="3">Коррекционно- образовательные: совершенствовать умения и навыки владения мячомКоррекционно- развивающие: развивать координацию, внимание, быстроту, ловкостьКоррекционно- воспитательные: прививать интерес к здоровому образу жизни и самостоятельным занятиям физическими упражнениями</td></tr>
<tr><td rowspan="3">Этапы урока</td><td colspan="3">Содержание деятельности</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Деятельность учителя</td><td colspan="2">Деятельность обучающихся</td></tr>
<tr><td>Минимальный уровень</td><td>Достаточный уровень</td></tr>
</table>

1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организует проверку домашнего задания.Выполнение передвижений без мяча, остановку шагом	Демонстрируют технику выполнения упражнения.Останавливаются по сигналу учителя, выполняют повороты на месте с мячом в руках, передают и ловят мяч двумя руками от груди в парах на месте (на основе образца учителя)	Выполняют домашнее задание.Останавливаются по сигналу учителя, выполняют повороты на месте с мячом в руках, передают и ловят мяч двумя руками от груди в парах (на основе образца учителя)
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение передачи мяча двумя руками от груди в парах с продвижением вперед.Выполнение ведения мяча с обводкой препятствий.Учебная игра по упрощенным правилам	Ведут мяч одной рукой на месте и в движении шагом.Выполняют ведение мяча с обводкой препятствий.Участвуют в учебной игре (по возможности)	Выполняют ведение мяча с обводкой условных противников. Выполняют передачу мяча двумя руками от груди в парах с продвижением вперед.Играют в учебную игру по упрощенным правилам
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнить сгибание и разгибание рук в упоре лежа 10-12 (д), 15-20 (ю)	Выполняют сгибание и разгибание рук в упоре стоя на коленях (по возможности)	Выполняют сгибание и разгибание рук в упоре лежа 10-12 (д), 15-20 (ю)
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 13

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	8

Материально-техническое обеспечение	Баскетбольные мячи, конусы		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Бросок мяча по корзине одной рукой от головы		
Цель	**Формирование навыка правильно выполнять** бросок по корзине двумя руками от груди в движении		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику броска по корзине двумя руками от груди в движении Коррекционно-развивающие: развивать ловкость, координацию движенийКоррекционно- воспитательные: воспитание морально-волевых качеств личности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение разминки: разновидности ходьбы и бега с элементами остановок, поворотов и перемещений	Демонстрируют технику выполнения упражнения.Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках)	Выполняют домашнее задание.Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках).Выполняют упражнений в паре с баскетбольным мячом
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение передача мяча и ловля в движении бегом в парах и тройках.Сочетание приемов в баскетболе: ведение, 2 шага, бросок.Учебная игра по упрощенным правилам	Выполняют передача мяча и ловля на месте в парах и тройках.Сочетают приемы в ходьбеУчаствуют в учебной игре (по возможности)	Выполнение передача мяча и ловля в движении бегом в парах и тройках.Сочетают приемы в движенииИграют в учебную игру по упрощенным правилам

4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнить сгибание и разгибание рук в упоре лежа 12-15 (д), 20 (ю)	Выполняют сгибание и разгибание рук в упоре стоя на коленях (по возможности)	Выполняют сгибание и разгибание рук в упоре лежа 12-15 (д), 20 (ю)
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Круг успеха»

Урок 14

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	8		
Мтериально-техническое обеспечение	Баскетбольные мячи, конусы		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Штрафной бросок		
Цель	**Формирование навыка правильно выполнять** бросок по корзине одной рукой от плеча		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику броска по корзине одной рукой от плечаКоррекционно- развивающие: развивать ловкость, координацию движенийКоррекционно- воспитательные: воспитание морально-волевых качеств личности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение передача мяча и ловля в движении бегом в парах и тройках	Демонстрируют технику выполнения упражнения.Выполняют передача мяча и ловля на месте в парах и тройках	Выполняют домашнее задание.Выполняют передача мяча и ловля на месте в парах и тройках
3. Включение изученного в систему знаний	Сочетание приемов в баскетболе: ведение, 2 шага, бросок.Объяснение техники и правил назначения штрафного броска по корзине одной рукой от плечаВыполнение штрафного броска по корзине одной рукой от плечаУчебная игра по упрощенным правилам	Сочетают приемы в ходьбе.Слушают объяснение.Выполняют штрафного бросок по корзине двумя руками от грудиУчаствуют в учебной игре (по возможности)	Сочетают приемы в движении.Слушают объяснение.Выполняют штрафного бросок по корзине одной рукой от плечаИграют в учебную игру по упрощенным правилам
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнить сгибание и разгибание рук в упоре лежа 12-15 (д), 20 (ю)	Выполняют сгибание и разгибание рук в упоре стоя на коленях (по возможности)	Выполняют сгибание и разгибание рук в упоре лежа 12-15 (д), 20 (ю)
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Круг успеха»

Урок 15

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	8
Материально-техническое обеспечение	Набивные мячи, баскетбольные мячи
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)

Тема	Вырывание и выбивание мяча в парах		
Цель	Изучение приёмов выбивания и вырывания мяча		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить технику выбивания и вырывания мяча; развить чувство мяча, координацию движения и ловкостиКоррекционно- развивающие: развитие быстроты реакции, точности движений, силыКоррекционно- воспитательные: создать условия для формирования и самореализации (чувства товарищества, целеустремлённости, упорства, самооценки)		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение разминки	Демонстрируют технику выполнения упражнения.Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках). Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений	Выполняют домашнее задание.Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках). Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение упражнений с набивными мячами: броски мяча с близкого расстояния, с разных позиций и расстояния.Выполняют ведение мяча с передачей, с последующим броском в кольцо.Демонстрирование стойки баскетболиста, выполнение защитных действий против игрока без мяча и с мячом	Выполняют упражнения с набивными мячами. Ведут, бросаютВыполняют вырывание и выбивание мяча в парах (на основе образца учителя)	Выполняют упражнения с набивными мячами. Ведут, бросаютВыполняют вырывание и выбивание мяча в парах
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнить сгибание и разгибание рук в упоре лежа 10-12 (д), 15-20 (ю)	Выполняют сгибание и разгибание рук в упоре стоя на коленях (по возможности)	Выполняют сгибание и разгибание рук в упоре лежа 10-12 (д), 15-20 (ю)

5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Круг успеха»

Урок 16

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	8		
Материально-техническое обеспечение	Набивные мячи, баскетбольные мячи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Вырывание и выбивание мяча в парах		
Цель	Совершенствование приёмов выбивания и вырывания мяча		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику выбивания и вырывания мяча; ознакомиться с защитными действия против игрока без мяча и с мячомКоррекционно- развивающие: развиватьКоррекционно- воспитательные: создать условия для формирования и самореализации (чувства товарищества, целеустремлённости, упорства, самооценки)		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организует проверку домашнего задания.Выполняют упражнения в движении	Демонстрируют технику выполнения упражнения.Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках).Выполняют упражнения движении	Выполняют домашнее задание.Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках).Выполняют упражнения в движении
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение упражнений с набивными мячами: броски мяча с близкого расстояния, с разных позиций и расстояния.Выполняют ведение мяча с передачей, с последующим броском в кольцо.Демонстрирование стойки баскетболиста, выполнение защитных действий против игрока без мяча и с мячом	Выполняют упражнения с набивными мячами.Выполняют упражнения в тройках.Выполняют вырывание и выбивание мяча в парах (на основе образца учителя)	Выполняют упражнения с набивными мячами. Выполняют упражнения в тройках.Выполняют вырывание и выбивание мяча в парах (на основе образца учителя)
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнить сгибание и разгибание рук в упоре лежа 10-12 (д), 15-20 (ю)	Выполняют сгибание и разгибание рук в упоре стоя на коленях (по возможности)	Выполняют сгибание и разгибание рук в упоре лежа 10-12 (д), 15-20 (ю)
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения рук	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения рук

Урок 17

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	8

Материально-техническое обеспечение	Набивные мячи, баскетбольные мячи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Комбинации из основных элементов техники перемещений и владении мячом.Учебная игра по упрощенным правилам		
Цель	**Формирование технических навыков в баскетболе**		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: формировать знания о технике перемещений, упражнений владения мячом (приём, передача), мер безопасности при перемещениях и владении мячом;· закрепить технику перемещений и владения мячом.· Коррекционно-развивающие: развивать координационные способности учащихся.Коррекционно- воспитательные: создать условия для формирования и самореализации (чувства товарищества, целеустремлённости, упорства, самооценки)		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организует проверку домашнего задания.Выполняют упражнения в ходьбе и беге.	Демонстрируют технику выполнения упражнения.Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках).	Выполняют домашнее задание.Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках).
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение упражнений с набивными мячами: броски мяча с близкого расстояния, с разных позиций и расстояния.Выполняют ведение мяча с передачей, с последующим броском в кольцо.Учебная игра по упрощенным правилам	Выполняют упражнения с набивными мячами.Ведут, бросают, подбирают мяч в процессе учебной игры.Участвуют в спортивной игре	Выполняют упражнения с набивными мячами.Ведут, бросают, подбирают мяч в процессе учебной игры.Играют в двустороннюю игру по упрощенным правилам

4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнить приседания 15- 18 раз	Выполняют приседания 12(д),15(м)раз	Выполняют приседания 15(д) 1-2 подхода,18(м)раз 2-3 подхода
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя **приём «Комплимент-похвала»** с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя **приём «Комплимент-похвала»**

Урок 18

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	8
Материально-техническое обеспечение	Набивные мячи, баскетбольные мячи
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Комбинации из основных элементов техники перемещений и владении мячом.Учебная игра по упрощенным правилам
Цель	**Формирование технических навыков в баскетболе**
Задачи	· Коррекционно- образовательные: формировать знания о технике перемещений, упражнений владения мячом (приём, передача), мер безопасности при перемещениях и владении мячом;· закрепить технику перемещений и владения мячом.· Коррекционно-развивающие: развивать координационные способности учащихся.Коррекционно- воспитательные: создать условия для формирования и самореализации (чувства товарищества, целеустремлённости, упорства, самооценки)
Этапы урока	Содержание деятельности

	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организует проверку домашнего задания.Выполняют упражнения в ходьбе и беге	Демонстрируют технику выполнения упражнения.Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках)	Выполняют домашнее задание.Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках)
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение упражнений с набивными мячами: броски мяча с близкого расстояния, с разных позиций и расстояния.Выполняют ведение мяча с передачей, с последующим броском в кольцо.Учебная игра по упрощенным правилам	Выполняют упражнения с набивными мячами.Ведут, бросают, подбирают мяч в процессе учебной игры.Участвуют в спортивной игре	Выполняют упражнения с набивными мячами.Ведут, бросают, подбирают мяч в процессе учебной игры.Играют в двустороннюю игру по упрощенным правилам
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнить приседания 15- 20 раз	Выполняют приседания 15(д),18(м)раз	Выполняют приседания 15(д),20(м)раз 2-3 подхода
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя **приём «Комплимент-похвала»** с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя **приём «Комплимент-похвала»**

Урок 19

Предмет	Адаптивная физическая культура

Класс	8		
Материально-техническое обеспечение	Скакалки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Перестроение из колонны по одному в колонну по два на месте		
Цель	**Формирование навыков правильной осанки, развитие глазомера, равновесия, ловкости, ориентировки в пространстве**		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить нижнюю прямую подачу в волейболе, закрепить навыки владения мячом в учебной игре.Коррекционно- развивающие: развивать чувство ритма, ориентировку в пространствеКоррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие.Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение строевых действий согласно расчету и команде.Освоение перестроения из колонны по одному в колонну по два и по три на месте	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия под щадящий счёт	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия

3. Включение изученного в систему знаний	Тренировочные упражнения сочетание ходьбы и бега в колонне.Выполнение упражнений со скакалкой.Выполнение прыжков через скакалку на месте в равномерном темпе	Сочетают ходьбу и бег в колонне.Выполняют упражнения со скакалкой.Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе на двух ногах произвольным способом	Сочетают ходьбу и бег в колонне.Выполняют упражнения со скакалкой.Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе на двух ногах вращая скакалку вперед, назад
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выпрыгивание из глубокого приседа 10-12 раз	Выполняют двигательное упражнение 7 (м) ,5 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение 2 серии по 8(д)-12(м) раз
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 20

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	8
Материально-техническое обеспечение	Скакалки, фишки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Повороты направо, налево, кругом (переступанием). Упражнения на равновесие
Цель	Совершенствование строевых упражнений

Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить строевые действия,Коррекционно- развивающие: развитие координации движений, устойчивость вестибулярных реакций, проприоцептивную чувствительность рук и ногКоррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие.Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение строевых действий	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия переступанием	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение строевых действий в колонне.Ориентирование в пространстве, сохранение равновесия при движении по скамейке.Прыжки через скакалку на одной, двух ногах	Выполняют перестроение из колонны по одному в колонну по два, по три на месте.Выполняют ходьбу по гимнастической скамейке с различными положениями рук.Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе на двух ногах произвольным способом	Выполняют перестроение из колонны по одному в колонну по два, по три на месте.Выполняют ходьбу по гимнастической скамейке с различными положениями рук.Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе на двух, одной ноге произвольным способом
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражнение «ласточка»	Выполняют двигательное упражнение	Выполняют его с закрытыми глазами
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с помощью скакалки	Оценивают результат своей деятельности с помощью скакалки

Урок 21

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	8		
Материально-техническое обеспечение	Фишки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Упражнения на преодоление сопротивления		
Цель	Развитие силы		
Задачи	Коррекционно- образовательные: разучить упражнения в сопротивлении, закрепить строевые действия,Коррекционно- развивающие: развитие координации движений,Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие.Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение строевых действий	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия переступанием	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия

3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение строевых действий и команд.Тренировочные упражнения на изменение скорости передвижения при ходьбе/ беге.Выполнение упражнений на преодоление сопротивления	Выполняют строевые команды и действия под щадящий счёт.Изменяют скорость передвижения при ходьбе/ беге.Выполняют упражнений на преодоление сопротивления меньшее количество раз	Выполняют строевые команды и действия.Изменяют скорость передвижения при ходьбе/ беге. Выполняют упражнений на преодоление сопротивления
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражнение «ласточка»	Выполняют двигательное упражнение	Выполняют его с закрытыми глазами
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности приемом **«Три М»** с помощью подводящих вопросов учителя	Оценивают результат своей деятельности приемом **«Три М».** Учащимся предлагается назвать три момента, которые у них получились хорошо в процессе урока, и предложить одно действие, которое улучшит их работу на следующем уроке

Урок 22

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	8
Материально-техническое обеспечение	Фишки, скакалки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Упражнения на развитие ориентации в пространстве

Цель	Развитие ориентировки в пространстве		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить упражнения в сопротивлении, закрепить строевые действия и приемы на месте и в движении,Коррекционно- развивающие: развитие координации движений,Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие.Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение строевых действий	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия переступанием	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение ходьбы «змейкой», «противоходом».Построение парами.Выполнение упражнений на преодоление сопротивления.Выполнение упражнений со сложенной скакалкой в различных исходных положениях, прыжки через скакалку на двух и одной ноге	Выполняют строевые команды и действия опираясь на образец выполнения обучающимися 2 группы.Выполняют упражнений на преодоление сопротивления меньшее количество раз.Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе на двух ногах произвольным способом	Выполняют строевые команды и действия.Выполняют упражнений на преодоление сопротивления.Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе на двух, одной ноге произвольным способом
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражнение приседания	Выполняют двигательное упражнение 8 (д), 10(м)	Выполняют упражнения 2-3 серии 10-12 раз
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности приемом **«Три М»** с помощью подводящих вопросов учителя	Оценивают результат своей деятельности приемом **«Три М»**

Урок 23

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	8		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, скакалки, обручи, скамейки, козёл, маты		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Упражнения на укрепление мышц туловища, рук и ног		
Цель	Развитие двигательных качеств		
Задачи	Коррекционно- образовательные: разучить комплекс упражнений на укрепление мышц туловища, рук и ног.Коррекционно-развивающие: развитие координации движений,Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие.Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение строевых действий	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия переступанием	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение фигурной маршировки.Выполнение упражнений на укрепление мышц туловища, рук и ног.Преодоление полосы препятствий	Выполняют строевые команды и действия опираясь на образец выполнения обучающимися 2 группы.Выполняют упражнений наукрепление мышц туловища, рук и ног меньшее количество раз.Преодолевают полосу препятствий с помощью учителя	Выполняют строевые команды и действия.Выполняют упражнений наукрепление мышц туловища, рук и ног.Преодолевают полосу препятствий 2-3 раза
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражнения комплекса на укрепление мышц туловища, рук и ног	Выполняют 3-4 упражнения комплекса	Выполняют комплекс упражнений
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности приемом **«Три М»** с помощью подводящих вопросов учителя	Оценивают результат своей деятельности приемом **«Три М»**

Урок 24

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	8
Материально-техническое обеспечение	Фишки, скакалки, обручи, скамейки, козёл, маты
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Упражнения с сопротивлением

Цель	Развитие двигательных качеств		
Задачи	Коррекционно- образовательные: разучить комплекс упражнений на укрепление мышц туловища, рук и ног.Коррекционно- развивающие: развитие координации движений,Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие.Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение строевых действий	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия переступанием	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение упражнений на укрепление мышц туловища, рук и ног.Выполнение упражнений с элементами единоборств, сохранение равновесия при движении на скамейке.Преодоление полосы препятствий	Выполняют строевые команды и действия опираясь на образец выполнения обучающимися 2 группы.Выполняют упражнений наукрепление мышц туловища, рук и ног меньшее количество раз.Выполнение упражнений с элементами единоборств на полу.Преодолевают полосу препятствий с помощью учителя	Выполняют строевые команды и действия.Выполняют упражнений наукрепление мышц туловища, рук и ног.Выполнение упражнений с элементами единоборств, сохранение равновесия при движении на скамейке.Преодолевают полосу препятствий 2-3 раза
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражнения комплекса на укрепление мышц туловища, рук и ног	Выполняют 3-4 упражнения комплекса	Выполняют комплекс упражнений
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности приемом **«Три М»** с помощью подводящих вопросов учителя	Оценивают результат своей деятельности приемом **«Три М»**

Урок 25

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	8		
Материально-техническое обеспечение	Гимнастические палки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Упражнения с гимнастическими палками		
Цель	Формирование навыков правильной осанки, повышение уровня мотивации к здоровому образу жизни		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: разучить упражнения, формирующие правильную осанку, закрепить знания о влиянии неправильной осанки на здоровье человека.· Коррекционно- развивающие: укрепление мышечного корсета, улучшение нервно-мышечной координации· Коррекционно- воспитательные: формировать коммуникативные навыки		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие.Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение строевых действий	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия переступанием	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение комплекса упражнений с гимнастической палкой.Согласование движения палки с движениями туловища, ног.Составление и выполнение комбинации на скамейке	Выполняют строевые команды и действия опираясь на образец выполнения обучающимися 2 группы.Выполняют упражнений с гимнастической палкой меньшее количество раз.Выполняют доступные упражнения на равновесие	Выполняют строевые команды и действия.Выполняют упражнения с гимнастической палкой.Составляют и демонстрируют комбинацию на скамейке
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражнения комплекса с гимнастической палкой	Выполняют 3-4 упражнения комплекса	Выполняют комплекс упражнений
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности приемом **«Три М»** с помощью подводящих вопросов учителя	Оценивают результат своей деятельности приемом **«Три М»**

Урок 26

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	8
Материально-техническое обеспечение	Гимнастические палки, козёл, шведская стенка, гимнастическая скамейка
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)

Тема	Опорный прыжок		
Цель	Формирование двигательных навыков		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: повторять технику опорного прыжка через гимнастического козла· Коррекционно-развивающие: формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат· Коррекционно- воспитательные: воспитывать смелость, прививать внимательность при выполнении задания		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие.Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение строевых действий	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия переступанием	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение комплекса упражнений с гимнастической палкой.Выполнение прыжка согнув ноги через козла, коня в ширину.Преодоление нескольких препятствий различными способами	Выполняют строевые команды и действия опираясь на образец выполнения обучающимися 2 группы.Выполняют упражнений с гимнастической палкой меньшее количество раз.Выполняют наскок в стойку на коленях.Преодолевают несколько препятствий с помощью учителя (по возможности)	Выполняют строевые команды и действия.Выполняют упражнения с гимнастической палкой.Выполняют опорный прыжок ноги врозь через козла, коня в ширину с помощью учителя.Преодолевают несколько препятствий
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражнения комплекса с гимнастической палкой	Выполняют 3-4 упражнения комплекса	Выполняют комплекс упражнений

5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности по вопросам учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 27

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	8		
Материально-техническое обеспечение	Гимнастические палки, козёл, шведская стенка, гимнастическая скамейка		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Опорный прыжок		
Цель	Формирование двигательных навыков		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: повторять технику опорного прыжка через гимнастического козла· Коррекционно-развивающие: формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат· Коррекционно- воспитательные: воспитывать смелость, прививать внимательность при выполнении задания		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие.Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение строевых действий	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия переступанием	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение комплекса упражнений с гимнастической палкой.Выполнение прыжка согнув ноги через козла, коня в ширину.Преодоление нескольких препятствий различными способами	Выполняют строевые команды и действия опираясь на образец выполнения обучающимися 2 группы.Выполняют упражнений с гимнастической палкой меньшее количество раз.Выполняют наскок в стойку на коленях.Преодолевают несколько препятствий с помощью учителя (по возможности)	Выполняют строевые команды и действия.Выполняют упражнения с гимнастической палкой.Выполняют опорный прыжок ноги врозь через козла, коня в ширину с помощью учителя.Преодолевают несколько препятствий
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражнения комплекса с гимнастической палкой	Выполняют 3-4 упражнения комплекса	Выполняют комплекс упражнений
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности по вопросам учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 28

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	8
Материально-техническое обеспечение	Набивные мячи, конь, маты

Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Упражнения для формирования правильной осанки		
Цель	Формирование навыков правильной осанки, повышение уровня мотивации к здоровому образу жизни		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: повторить упражнения, формирующие правильную осанку· Коррекционно- развивающие: укреплять опорно-двигательный аппарат· Коррекционно- воспитательные: воспитание потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие.Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение строевых действий	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия переступанием	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение комплекса упражнений для формирования правильной осанки.Переноска 2- 3 набивных мячей весом до 7-8 кг.Переноска гимнастического коня и козла, матов на расстояние до 15 м.Выполнение прыжка согнув ноги через козла, коня в ширину	Выполняют упражнений для формирования правильной осанки меньшее количество раз.Выполняют наскок в стойку на коленях.Переносят набивные мячи 1-2 мячей до 3-4 кг	Выполняют упражнения для формирования правильной.Выполняют опорный прыжок ноги врозь через козла, коня в ширину с помощью учителя.Переносят 2- 3 набивных мячей весом до 7-8 кг
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражнения комплекса для формирования правильной осанки	Выполняют 3-4 упражнения комплекса	Выполняют комплекс упражнений

5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности по вопросам учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 29

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	8		
Материально-техническое обеспечение	Набивные мячи, конь, маты		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Упражнения со скакалками		
Цель	Укрепление голеностопных суставов, мышц ног, кистей рук		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: повторить комплекс упражнений с гимнастической скакалкой, закрепить технику выполнения опорного прыжка· Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений, тренировка вестибулярного аппарата· Коррекционно- воспитательные: воспитание потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие.Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение строевых действий	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия переступанием	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение комплекса упражнений со скакалкой.Переноска 2- 3 набивных мячей весом до 7-8 кг.Переноска гимнастического коня и козла, матов на расстояние до 15 м.Выполнение прыжка согнув ноги через козла, коня в ширину	Выполняют упражнений со скакалкой меньшее количество раз.Выполняют наскок в стойку на коленях.Переносят набивные мячи 1-2 мячей до 3-4 кг	Выполняют упражнения со скакалкой.Выполняют опорный прыжок ноги врозь через козла, коня в ширину с помощью учителя.Переносят 2- 3 набивных мячей весом до 7-8 кг
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражнения комплекса для формирования правильной осанки	Выполняют 3-4 упражнения комплекса	Выполняют комплекс упражнений
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности по вопросам учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 30

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	8
Материально-техническое обеспечение	Гантели, конь, козёл, маты
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)

Тема	Упражнения с гантелями		
Цель	Развитие силовой выносливости		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: разучить комплекс упражнений с гантелями, совершенствовать технику выполнения опорного прыжка· Коррекционно- развивающие: развивать двигательные качества, тренировка вестибулярного аппарата· Коррекционно- воспитательные: воспитание потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие.Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение строевых действий	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия переступанием	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение комплекса упражнений с гантелями.Переноска гимнастического коня и козла, матов на расстояние до 15 м.Выполнение прыжка согнув ноги через козла, коня в ширину	Выполняют упражнений с гантелями меньшее количество раз.Выполняют наскок в стойку на коленях	Выполняют упражнения с гантелями.Выполняют опорный прыжок ноги врозь через козла, коня в ширину с помощью учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражнения комплекса для формирования правильной осанки	Выполняют 3-4 упражнения комплекса	Выполняют комплекс упражнений
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности по вопросам учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 31

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	8		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Упражнения для пространственно-временной дифференцировки и точности движений		
Цель	Развитие и коррекция двигательных функций		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: восполнить дефицит двигательной активности с учётом конкретного дефекта.· Коррекционно-развивающие: **развивать пространственные параметры движения**· Коррекционно- воспитательные: формировать морально-волевые качества		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания.Выполнение построения в колонну по два, соблюдая заданное расстояние	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют построение в колонну по два, соблюдая заданное расстояние (по ориентирам)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют построение в колонну по два, соблюдая заданное расстояние

3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение прыжка в длину с места на заданное расстояние без предварительной отметки.Передача набивного мяча сидя, стоя из одной руки в другую над головой	Выполняют упражнения для развития точности движений;выполняют упражнения для развития пространственно–временной дифференцировки по прямому указанию учителя.Прыгают в длину с места на заданное расстояние с предварительной отметки.Передают набивной мяч сидя, стоя из одной руки в другую над головой меньшее количество повторений	Выполняют упражнения для развития пространственно–временной дифференцировки, ориентируясь на образец выполнения учителем.Передают набивной мяч сидя, стоя из одной руки в другую над головой
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнить 2-3 упражнения	Повторить за родителем 1-2 упражнения	Самостоятельно выполнить 2-3 упражнения
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 32

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	8
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Упражнения для пространственно-временной дифференцировки и точности движений

Цель	Развитие и коррекция двигательных функций		
Задачи	· Коррекционно- образовательные: повторить упражнения для развития точности движений· Коррекционно- развивающие: **развивать пространственные параметры движения**· Коррекционно- воспитательные: формировать морально-волевые качества		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания.Выполнение построения в колонну по два, соблюдая заданное расстояние	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности).Выполняют построение в колонну по два, соблюдая заданное расстояние (по ориентирам)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют построение в колонну по два, соблюдая заданное расстояние
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение прыжка в длину с места на заданное расстояние без предварительной отметки.Передача набивного мяча сидя, стоя из одной руки в другую над головой	Выполняют упражнения для развития точности движений;выполняют упражнения для развития пространственно–временной дифференцировки по прямому указанию учителя.Прыгают в длину с места на заданное расстояние с предварительной отметки.Передают набивной мяч сидя, стоя из одной руки в другую над головой меньшее количество повторений	Выполняют упражнения для развития пространственно–временной дифференцировки, ориентируясь на образец выполнения учителем.Передают набивной мяч сидя, стоя из одной руки в другую над головой
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнить 2-3 упражнения	Повторить за родителем 1-2 упражнения	Самостоятельно выполнить 2-3 упражнения
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 33

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	8		
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Одновременный одношажный ход		
Цель	Совершенствование техники передвижения на лыжах и воспитание интереса к лыжной подготовке		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить правила поведения и технику безопасности на занятиях лыжным спортом, закрепить строевые действия и команды с лыжами, закрепить технику передвижения на лыжахКоррекционно- развивающие: развивать координационные способностиКоррекционно- воспитательные: формировать сознательное отношение к выполнению упражнений, воспитывать коллективизм, взаимопомощь, самостоятельность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Беседа о технике безопасности во время передвижений слыжами под рукой и на плече.Организация проверки домашнего задания	Слушают инструктаж, отвечают на вопросы учителя с опорой на визуальный план. Демонстрируют готовность к уроку	Слушают инструктаж, участвуют в беседе, отвечают на вопросы учителя.Самостоятельно подбирают лыжный инвентарь
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение строевых команд и приемов с лыжами и на лыжах.Ознакомление с техникой передвижения одновременным одношажным ходом.Передвижение по учебному кругу попеременным двухшажным ходом	Выполняют строевые действия с лыжами.Осваивают технику передвижения одновременного одношажного хода.Передвигаются по учебному кругу попеременным двухшажным ходом	Выполняют строевые действия с лыжами.Выполняют передвижение одновременным одношажным ходом.Передвигаются по учебному кругу попеременным двухшажным ходом
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: подготовиться к занятиям по лыжной подготовки	Готовят одежду и лыжный инвентарь для занятий	Готовят одежду и лыжный инвентарь для занятий
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 34

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	8
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Одновременный одношажный ход

Цель	Совершенствование техники передвижения на лыжах и воспитание интереса к лыжной подготовке		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить правила поведения и технику безопасности на занятиях лыжным спортом, закрепить строевые действия и команды с лыжами, закрепить технику передвижения на лыжахКоррекционно- развивающие: развивать координационные способностиКоррекционно- воспитательные: формировать сознательное отношение к выполнению упражнений, воспитывать коллективизм, взаимопомощь, самостоятельность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Беседа о технике безопасности во время передвижений слыжами под рукой и на плече.Организация проверки домашнего задания	Слушают инструктаж, отвечают на вопросы учителя с опорой на визуальный план. Демонстрируют готовность к уроку	Слушают инструктаж, участвуют в беседе, отвечают на вопросы учителя.Самостоятельно подбирают лыжный инвентарь
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение строевых команд и приемов с лыжами и на лыжах.Ознакомление с техникой передвижения одновременным одношажным ходом.Передвижение по учебному кругу попеременным двухшажным ходом	Выполняют строевые действия с лыжами.Осваивают технику передвижения одновременного одношажного хода.Передвигаются по учебному кругу попеременным двухшажным ходом	Выполняют строевые действия с лыжами.Выполняют передвижение одновременным одношажным ходом.Передвигаются по учебному кругу попеременным двухшажным ходом
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: подготовиться к занятиям по лыжной подготовки	Готовят одежду и лыжный инвентарь для занятий	Готовят одежду и лыжный инвентарь для занятий
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 35

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	8		
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Коньковый ход		
Цель	Совершенствование техники передвижения коньковым ходом		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить технику передвижения на лыжах коньковым ходом посредством подводящих и имитационных упражненийКоррекционно- развивающие: развивать координационные способностиКоррекционно- воспитательные: воспитывать целеустремлённость, настойчивость, упорство в достижении поставленной цели		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение строевых команд и приемов с лыжами и на лыжах	Демонстрируют готовность к уроку.Выполняют строевые действия с лыжами	Самостоятельно подбирают лыжный инвентарь.Выполняют строевые действия с лыжами

3. Включение изученного в систему знаний	Демонстрация техники передвижения коньковым ходом.Выполнение полуконькового хода, конькового хода без отталкивания руками, одновременного двухшажного конькового хода.	Смотрят показ собъяснением.Выполняют подводящие упражнения, включаемые в «школу лыжника» на широкой и ровной площадке	Выполняют передвижение коньковым ходом.Выполняют полуконьковый, коньковый ход без отталкивания руками, одновременный двухшажный коньковый ход широкой и ровной площадке
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторить названия коньковых ходов	Повторяют названия 1-2 –х коньковых ходов	Повторяют названия изученных коньковых ходов
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 36

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	8
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Коньковый ход
Цель	Совершенствование техники передвижения коньковым ходом
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить технику передвижения на лыжах коньковым ходом посредством подводящих и имитационных упражненийКоррекционно- развивающие: развивать координационные способностиКоррекционно- воспитательные: воспитывать целеустремлённость, настойчивость, упорство в достижении поставленной цели

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение строевых команд и приемов с лыжами и на лыжах	Демонстрируют готовность к уроку.Выполняют строевые действия с лыжами	Самостоятельно подбирают лыжный инвентарь.Выполняют строевые действия с лыжами
3. Включение изученного в систему знаний	Демонстрация техники передвижения коньковым ходом.Выполнение одновременного двухшажного, одновременного одношажного,попеременного конькового хода	Смотрят показ собъяснением.Выполняют подводящие упражнения, включаемые в «школу лыжника» широкой и ровной площадке	Выполняют передвижение коньковым ходом.Выполняют одновременный двухшажный коньковый ход, одновременный одношажный коньковый ход,попеременный коньковый ходширокой и ровной площадке
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторить названия коньковых ходов	Повторяют названия 1-2 –х коньковых ходов	Повторяют названия изученных коньковых ходов
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 37

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	8

Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Торможение «плугом»		
Цель	Совершенствование техники спусков со склона, подъёмов на лыжах		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить технику торможения «плугом», закрепить способы передвижения на лыжахКоррекционно-развивающие: развивать координацию движений, ловкостьКоррекционно- воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручки, доброжелательного отношения друг к другу		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Слушают инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Проводят инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона
3. Включение изученного в систему знаний	Демонстрация способа торможения «плугом».Имитация способа торможения.Выполнение торможения«плугом».Передвижение налыжах изученными способами на дистанции до 2 км	Смотрят показ с объяснением.Осваивают технику торможения «плугом» после инструкции и неоднократного показа учителем, ориентируясь на образецвыполнения обучающимися из 2	Смотрят показ с объяснение техники выполнения торможения. Осваивают технику торможения«плугом».Выполняют комбинированное торможение лыжами ипалками.Передвигаются на лыжах изученными способами до 2 км

		группы.Передвигаются на лыжах изученными способами до 1 км	
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона	Отвечают на 1-2 вопроса теста	Проходят тестирование
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 38

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	8
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Спуск в средней и высокой стойке
Цель	Совершенствование техники спусков со склона, подъёмов на лыжах
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить технику подъёма и спусков со склона, закрепить способы передвижения на лыжахКоррекционно- развивающие: развивать координацию движений, выносливостьКоррекционно- воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручки, доброжелательного отношения друг к другу
Этапы урока	Содержание деятельности

	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Слушают инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Проводят инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона
3. Включение изученного в систему знаний	Сохранение равновесия при спуске со склона в высокой стойке, демонстрирование изученной техники подъема.Преодоление бугров и впадин на лыжах	Выполняют подъем ступающим шагом, «ёлочкой», спуск с в высокой стойке.Осваивают технику преодоления бугров и впадин на лыжах (по возможности)	Выполняют подъем «лесенкой», «ёлочкой», спуск в средней и высокой стойке.Преодолевают бугры и впадины на лыжах
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона	Отвечают на 1-2 вопроса теста	Проходят тестирование
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 39

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	8

Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Передвижение на лыжах в быстром темпе на отрезках		
Цель	Совершенствование техники передвижения на лыжах на коротких отрезках в быстром темпе		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить технику выполнения поворота на месте махом назад к наружи, закрепить способы передвижения на лыжахКоррекционно- развивающие: развивать координацию движений, выносливостьКоррекционно-воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручки, доброжелательного отношения друг к другу		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение поворота на месте махом назад к наружи на лыжах.	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Выполняют поворот на месте махом назад к наружи на лыжах.	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Выполняют поворот на месте махом назад к наружи на лыжах.
3. Включение изученного в систему знаний	Преодоление дистанции на лыжах изученными способами передвижения	Передвигаются на лыжах до 1,5 км	Передвигаются на лыжах до 2 км
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по способам передвижения на лыжах	Отвечают на 1-2 вопроса теста	Проходят тестирование

6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 40

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	8		
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Игра «Гонка на выбывание»		
Цель	Совершенствование техники передвижения на лыжах в игровой деятельности		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить способы передвижения на лыжах в игровой деятельностиКоррекционно- развивающие: развивать координацию движений, ловкостьКоррекционно- воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручки, доброжелательного отношения друг к другу		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Инструктаж по соблюдению техники безопасности во время проведения игры	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Слушают инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Проводят инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона
3. Включение изученного в систему знаний	Освоение техники изученных способов передвижения вигровой деятельности	Слушают правила игры.Играют в игры на лыжах (по возможности)	Слушают правила игры. Играют в игры на лыжах по инструкции учителя
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по лыжной подготовки	Отвечают на 1-2 вопроса теста	Проходят тестирование
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 41

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	8
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Повторное передвижение в быстром темпе на отрезках 40- 60 м
Цель	Совершенствование техники передвижения на лыжах

Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить технику выполнения комбинированного торможения на лыжах, закрепить способы передвижения на лыжах на коротких отрезкахКоррекционно- развивающие: развивать координацию движений, скоростную выносливостьКоррекционно- воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручки, доброжелательного отношения друг к другу		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.	Отвечают на вопросы учителя по тесту.	Отвечают на вопросы учителя по тесту.
3. Включение изученного в систему знаний	Повторное прохождение на лыжах отрезков на скорость.Инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона.Тренировочные упражнения на комбинированное торможение на лыжах	Передвигаются в быстром темпе на отрезке от 30- 40 м (2 раза).Слушают инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона. Осваивают комбинированное торможение лыжами ипалками (по возможности)	Передвигаются в быстромтемпе на отрезке от 40-60 м (2-3 раза).Слушают инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона.Выполняют комбинированн ое торможение лыжами ипалками
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по способам передвижения на лыжах	Отвечают на 1-2 вопроса теста	Проходят тестирование
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 42

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	8		
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Повторное передвижение в быстром темпе на отрезках 40- 60 м		
Цель	Совершенствование техники передвижения на лыжах		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить технику выполнения комбинированного торможения на лыжах, закрепить способы передвижения на лыжах на коротких отрезкахКоррекционно- развивающие: развивать координацию движений, скоростную выносливостьКоррекционно- воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручки, доброжелательного отношения друг к другу		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.	Отвечают на вопросы учителя по тесту.	Отвечают на вопросы учителя по тесту.

3. Включение изученного в систему знаний	Повторное прохождение на лыжах отрезков на скорость.Инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона.Тренировочные упражнения на комбинированное торможение на лыжах	Передвигаются в быстром темпе на отрезке от 30- 40 м (2 раза).Слушают инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона. Осваивают комбинированное торможение лыжами ипалками (по возможности)	Передвигаются в быстромтемпе на отрезке от 40-60 м (2-3 раза).Слушают инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона.Выполняют комбинированн ое торможение лыжами ипалками
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по способам передвижения на лыжах	Отвечают на 1-2 вопроса теста	Проходят тестирование
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 43

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	8
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Повторное передвижение в быстром темпе по кругу 100- 150 м
Цель	Совершенствование техники передвижения на лыжах
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить технику выполнения поворота махом на лыжах, закрепить способы передвижения на лыжах на коротких отрезках в быстром темпеКоррекционно- развивающие: развивать координацию движений, скоростную

	выносливостьКоррекционно- воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручки, доброжелательного отношения друг к другу		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение поворота махом на лыжах	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Выполняют поворот махом на месте на лыжах по инструкции и показа учителя	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Выполняют поворот махом на месте налыжах
3. Включение изученного в систему знаний	Повторное прохождение на лыжах отрезков на скорость.Инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона.Сохранение равновесия при спуске со склона в высокой стойке, закрепление изученной техники подъема	Проходят на скорость отрезок на время от 100- 150 м (девочки- 1раз, мальчики- 2 раза).Слушают инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона.Выполняют спуск со склона в высокой стойке	Проходят на скорость отрезок навремя от 100-150 м (девочки-3-5 раз,мальчики- 5-7 раз).Слушают инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона.Выполняют спуск со склона в средней стойке и торможение «плугом»
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по способам передвижения на лыжах	Отвечают на 1-2 вопроса теста	Проходят тестирование
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 44

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	8		
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Повторное передвижение в быстром темпе по кругу 100- 150 м		
Цель	Совершенствование техники передвижения на лыжах		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить технику выполнения поворота махом на лыжах, закрепить способы передвижения на лыжах на коротких отрезках в быстром темпеКоррекционно- развивающие: развивать координацию движений, скоростную выносливостьКоррекционно- воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручки, доброжелательного отношения друг к другу		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение поворота махом на лыжах	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Выполняют поворот махом на месте на лыжах по инструкции и показа учителя	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Выполняют поворот махом на месте налыжах

3. Включение изученного в систему знаний	Повторное прохождение на лыжах отрезков на скорость.Инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона.Сохранение равновесия при спуске со склона в высокой стойке, закрепление изученной техники подъема	Проходят на скорость отрезок на время от 100- 150 м (девочки- 1раз, мальчики- 2 раза).Слушают инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона.Выполняют спуск со склона в высокой стойке	Проходят на скорость отрезок навремя от 100-150 м (девочки-3-5 раз,мальчики- 5-7 раз).Слушают инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона.Выполняют спуск со склона в средней стойке и торможение «плугом»
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по способам передвижения на лыжах	Отвечают на 1-2 вопроса теста	Проходят тестирование
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 45

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	8
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Игры на лыжах: «Пятнашки простые», «Самый меткий»
Цель	Совершенствование техники передвижения на лыжах в игровой деятельности

Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить способы передвижения на лыжах в игровой деятельностиКоррекционно- развивающие: развивать координацию движений, ловкость, меткостьКоррекционно- воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручки, доброжелательного отношения друг к другу		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Инструктаж по соблюдению техники безопасности во время проведения игр	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Слушают инструктаж по соблюдению техники безопасности во время игр	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Проводят инструктаж по соблюдению техники безопасности во время игр
3. Включение изученного в систему знаний	Освоение техники изученных способов передвижения вигровой деятельности	Слушают правила игры.Играют в игры на лыжах (по возможности)	Слушают правила игры. Играют в игры на лыжах по инструкции учителя
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по лыжной подготовки	Отвечают на 1-2 вопроса теста	Проходят тестирование
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 46

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	8		
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Игры на лыжах : «Переставь флажок», «Попади в круг», «Кто быстрее», «Следи за сигналом»		
Цель	Совершенствование техники передвижения на лыжах в игровой деятельности		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить способы передвижения на лыжах в игровой деятельностиКоррекционно- развивающие: развивать координацию движений, ловкость,Коррекционно- воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручки, доброжелательного отношения друг к другу		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Инструктаж по соблюдению техники безопасности во время проведения игр	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Слушают инструктаж по соблюдению техники безопасности во время игр	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Проводят инструктаж по соблюдению техники безопасности во время игр
3. Включение изученного в систему знаний	Освоение техники изученных способов передвижения вигровой деятельности	Слушают правила игры.Играют в игры на лыжах (по возможности)	Слушают правила игры. Играют в игры на лыжах по инструкции учителя

5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по лыжной подготовки	Отвечают на 1-2 вопроса теста	Проходят тестирование
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 47

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	8		
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Прохождение на лыжах за урок от 1 до 2 км		
Цель	Совершенствование техники изученных способов передвижения на лыжах при прохождении лыжной дистанции		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить изученные способы передвижения на лыжахКоррекционно- развивающие: развивать координацию движений, выносливостьКоррекционно- воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручки, доброжелательного отношения друг к другу		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Беседа о правилах поведения соревнований на лыжах	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Слушают правила проведения соревнований по лыжным гонкам, отвечают на вопросы учителя	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Участвуют в беседе по правилам проведения лыжных соревнований
3. Включение изученного в систему знаний	Прохождение дистанции на лыжах за урок	Проходят дистанцию без учета времени 1-2 км	Проходят дистанцию 2 км на время
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по правилам соревнований	Отвечают на 2-3 вопроса теста	Проходят тестирование
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 48

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	8
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Прохождение на лыжах за урок от 1 до 2 км
Цель	Совершенствование техники изученных способов передвижения на лыжах при прохождении лыжной дистанции

Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить изученные способы передвижения на лыжахКоррекционно- развивающие: развивать координацию движений, выносливостьКоррекционно- воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручки, доброжелательного отношения друг к другу		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Беседа о правилах поведения соревнований на лыжах	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Слушают правила проведения соревнований по лыжным гонкам, отвечают на вопросы учителя	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Участвуют в беседе по правилам проведения лыжных соревнований
3. Включение изученного в систему знаний	Прохождение дистанции на лыжах за урок	Проходят дистанцию без учета времени 1-2 км	Проходят дистанцию 2 км на время
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по правилам соревнований	Отвечают на 2-3 вопроса теста	Проходят тестирование
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 49

Предмет	Адаптивная физическая культура

Класс	8		
Материально-техническое обеспечение	Волейбольные и набивные мячи		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Инструктаж по технике безопасности на уроках по спортивным играм		
Цель	Совершенствование техники передачи мяча двумя руками сверху в волейболе		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепление техники передачи мяча двумя руками сверху, повторить технику безопасности на уроках волейболаКоррекционно- развивающие: развивать точность движений, ловкостиКоррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, сознательность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Беседа по ТБ, санитарно-гигиенические требования к занятиям спортивными играми	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорных поощрений)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Отвечают на вопросы по прослушанному материалу
3. Открытие новых знаний	Выполнение общей разминки	· Выполняют бег по прямой и с изменением направления;упражнения для кистей рук, плечевого пояса, туловища, нижних конечностей	· Выполняют бег по прямой и с изменением направления;упражнения для

			кистей рук, плечевого пояса, туловища, нижних конечностей
4. Первичное закрепление материала	Выполнение упражнений с набивными мячами.Выполнение передачи мяча сверху двумя руками	Выполняют упражнения с набивными мячами. Выполняют передачи мяча сверху двумя руками	Выполняют упражнения с набивными мячами. Выполняют передачи мяча сверху двумя руками
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: сгибание и разгибание рук, в упоре лежа на бедрах не отрывая коленей от пола. - 2х 17 (м) 2х 14(д)	Выполняют двигательное упражнение 8 (м) ,5 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 50

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	8
Материально-техническое обеспечение	Волейбольные и набивные мячи
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Передача мяча сверху и снизу двумя руками на месте в волейболе
Цель	Совершенствование техники передачи мяча двумя руками сверху в волейболе

Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепление техники передачи мяча двумя руками сверху, повторить технику безопасности на уроках волейболаКоррекционно- развивающие: развивать точность движений, ловкостиКоррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, сознательность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение общей разминки	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют ходьбу в определённом темпе. Выполняют упражнения (3-4 вида) в ходьбе с заданиями по инструкции учителя	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют упражнения (4-6 видов) в ходьбе с заданиями по инструкции учителя
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение передачи мяча сверху и снизу двумя руками на месте в парах.Выполнение игрового задания	Выполняют прием и передачу мяча снизу и сверху, передачу двумя руками на месте (по возможности).Выполняют отбивание мяча двумя руками от стены	Выполняют прием и передачу мяча снизу и сверху, передачу двумя руками на месте.Выполняют игровое задание в парах
4.Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: сгибание и разгибание рук, в упоре лежа на бедрах не отрывая коленей от пола. - 2х 17 (м) 2х 14(д)	Выполняют двигательное упражнение 8 (м) ,5 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 51

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	8		
Материально-техническое обеспечение	Волейбольные мячи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Нижняя прямая подача		
Цель	Совершенствование техники владения мячом в игре волейбол		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить стойку волейболиста, совершенствовать нижнюю прямую подачуКоррекционно- развивающие: развивать точность движений, ловкостиКоррекционно- воспитательные: воспитывать устойчивый интерес к занятиям спортивными играми		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение общей разминки	Демонстрируют выполнение домашнего задания.· Выполняют бег по прямой и с изменением направления;· упражнения для кистей рук, плечевого пояса, туловища, нижних конечностей	Демонстрируют выполнение домашнего задания.· Выполняют бег по прямой и с изменением направления;· упражнения для кистей рук, плечевого пояса, туловища, нижних конечностей

3. Включение изученного в систему знаний	Совершенствование техники нижней прямой подачи.Совершенствование стойки во время выполнения нижней прямой подачи.Совершенствование техники нижней прямой подачи	Выполняют техники нижней прямой подачи по инструкции учителя.Выполняют стойку во время нижней прямой подачи по неоднократной инструкции и показу учителя.Выполнение нижней прямой подачи по инструкции учителя	Выполняют техники нижней прямой подачи по инструкции учителя.Выполняют стойку во время нижней прямой подачи по неоднократной.Выполнение нижней прямой подачи
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить приседания 2х 10-12(д)- 2х 15-20(ю)- раз	Выполняют упражнения 5-7 раз	Выполняют упражнения 10-12 раз
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 52

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	8
Материально-техническое обеспечение	Волейбольные мячи
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Верхняя прямая подача
Цель	Совершенствование техники владения мячом в игре волейбол
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить стойку волейболиста, совершенствовать верхнюю прямую подачуКоррекционно-развивающие: развивать точность движений, ловкостиКоррекционно- воспитательные: воспитывать устойчивый интерес к занятиям спортивными играми

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение общей разминки	Демонстрируют выполнение домашнего задания.· Выполняют бег по прямой и с изменением направления;· упражнения для кистей рук, плечевого пояса, туловища, нижних конечностей	Демонстрируют выполнение домашнего задания.· Выполняют бег по прямой и с изменением направления;· упражнения для кистей рук, плечевого пояса, туловища, нижних конечностей
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение упражнений с набивными мячами.Выполнение верхней прямой подачи	Выполняют упражнения с набивными мячами. Выполняют нижнюю подачу	Выполняют упражнения с набивными мячами. Выполняют верхнюю прямую подачу
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить приседания 2х 10-12(д)- 2х 15-20(ю)- раз	Выполняют упражнения 5-7 раз	Выполняют упражнения 10-12 раз
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 53

Предмет	Адаптивная физическая культура

Класс	8		
Материально-техническое обеспечение	Волейбольные мячи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Прием мяча снизу в две руки		
Цель	Совершенствование техники владения мячом в игре волейбол		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить стойку волейболиста, повторить верхнюю прямую подачу, закрепить прямой нападающий ударКоррекционно- развивающие: развивать точность движений, ловкостиКоррекционно- воспитательные: воспитывать устойчивый интерес к занятиям спортивными играми		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение общей разминки	Демонстрируют выполнение домашнего задания.· Выполняют бег по прямой и с изменением направления;· упражнения для кистей рук, плечевого пояса, туловища, нижних конечностей	Демонстрируют выполнение домашнего задания.· Выполняют бег по прямой и с изменением направления;· упражнения для кистей рук, плечевого пояса, туловища, нижних конечностей

3. Включение изученного в систему знаний	Освоение техники приема мяча в две руки.Демонстрация приема мяча снизу. Выполнение верхней прямой подачи группами с приемом мяча по очереди.Выполнение техники приема мяча снизу двумя руками.	Осваивают технику приема мяча в две руки.Смотрят показ с объяснением технике правильного выполнения техники приема мяча в две руки.Выполнение верхней прямой подачи группами с приемом мяча по очереди по возможности, ориентируясь на образец показа учителем.Выполнение техники приема мяча снизу двумя руками по инструкции и показу учителя.	Осваивают технику приема мяча в две руки.Смотрят показ с объяснением технике правильного выполнения техники приема мяча в две руки.Выполнение верхней прямой подачи группами с приемом мяча по очереди.Выполнение техники приема мяча снизу двумя руками.
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить приседания 2х 10-12(д)- 2х 15-20(ю)- раз	Выполняют упражнения 5-7 раз	Выполняют упражнения 10-12 раз
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 54

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	8
Материально-техническое обеспечение	Волейбольные мячи
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Прием мяча снизу в две руки
Цель	Совершенствование техники владения мячом в игре волейбол

Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить стойку волейболиста, повторить верхнюю прямую подачу, закрепить прямой нападающий ударКоррекционно- развивающие: развивать точность движений, ловкостиКоррекционно- воспитательные: воспитывать устойчивый интерес к занятиям спортивными играми		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение общей разминки	Демонстрируют выполнение домашнего задания.· Выполняют бег по прямой и с изменением направления;· упражнения для кистей рук, плечевого пояса, туловища, нижних конечностей	Демонстрируют выполнение домашнего задания.· Выполняют бег по прямой и с изменением направления;· упражнения для кистей рук, плечевого пояса, туловища, нижних конечностей
3. Включение изученного в систему знаний	Освоение техники приема мяча в две руки.Демонстрация приема мяча снизу. Выполнение верхней прямой подачи группами с приемом мяча по очереди.Выполнение техники приема мяча снизу двумя руками	Осваивают технику приема мяча в две руки.Смотрят показ с объяснением технике правильного выполнения техники приема мяча в две руки.Выполнение верхней прямой подачи группами с приемом мяча по очереди по возможности, ориентируясь на образец показа учителем.Выполнение техники приема мяча снизу двумя руками по инструкции и показу учителя	Осваивают технику приема мяча в две руки.Смотрят показ с объяснением технике правильного выполнения техники приема мяча в две руки.Выполнение верхней прямой подачи группами с приемом мяча по очереди.Выполнение техники приема мяча снизу двумя руками
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить приседания 2х 10-12(д)- 2х 15-20(ю)- раз	Выполняют упражнения 5-7 раз	Выполняют упражнения 10-12 раз
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 55

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	8		
Материально-техническое обеспечение	Волейбольные мячи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Прыжки с места и с шага в высоту и длину (2-3 серии прыжков по 5-10 прыжков за урок).Учебная игра в волейбол		
Цель	Формирование мотивации к здоровому образу жизни		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить стойку волейболиста, повторить верхнюю прямую подачу, закрепить прямой нападающий ударКоррекционно- развивающие: развивать прыгучесть, ловкостьКоррекционно- воспитательные: воспитывать устойчивый интерес к занятиям спортивными играми		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение общей разминки	Демонстрируют выполнение домашнего задания.· Выполняют бег по прямой и с изменением направления;· упражнения для	Демонстрируют выполнение домашнего задания.· Выполняют бег по прямой и с изменением направления;· упражнения для

		кистей рук, плечевого пояса, туловища, нижних конечностей	кистей рук, плечевого пояса, туловища, нижних конечностей
3. Включение изученного в систему знаний	Сочетание работу рук, ног в прыжках у сетки.Закрепление правил перехода по площадке.Выполнение игровые действий соблюдая правила игры	Прыгают вверх с места и с шага, у сетки (1-2 серии прыжков по 5-5 прыжков за урок).Выполняют переход по площадке, играют в учебную игру (по возможности)	Прыгают вверх с места и с шага, у сетки.Выполняют переход по площадке, играют в учебную игру
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить приседания 2х 10-12(д)- 2х 15-20(ю)- раз	Выполняют упражнения 5-7 раз	Выполняют упражнения 10-12 раз
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 56

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	8
Материально-техническое обеспечение	Волейбольные мячи
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Прыжки с места и с шага в высоту и длину (2-3 серии прыжков по 5-10 прыжков за урок).Учебная игра в волейбол
Цель	Формирование мотивации к здоровому образу жизни

Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить стойку волейболиста, повторить верхнюю прямую подачу, закрепить прямой нападающий ударКоррекционно- развивающие: развивать прыгучесть, ловкостьКоррекционно- воспитательные: воспитывать устойчивый интерес к занятиям спортивными играми		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение общей разминки	Демонстрируют выполнение домашнего задания.· Выполняют бег по прямой и с изменением направления;· упражнения для кистей рук, плечевого пояса, туловища, нижних конечностей	Демонстрируют выполнение домашнего задания.· Выполняют бег по прямой и с изменением направления;· упражнения для кистей рук, плечевого пояса, туловища, нижних конечностей
3. Включение изученного в систему знаний	Сочетание работу рук, ног в прыжках у сетки.Закрепление правил перехода по площадке.Выполнение игровые действий соблюдая правила игры	Прыгают вверх с места и с шага, у сетки (1-2 серии прыжков по 5-5 прыжков за урок).Выполняют переход по площадке, играют в учебную игру (по возможности)	Прыгают вверх с места и с шага, у сетки.Выполняют переход по площадке, играют в учебную игру
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить приседания 2х 10-12(д)- 2х 15-20(ю)- раз	Выполняют упражнения 5-7 раз	Выполняют упражнения 10-12 раз
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 57

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	8		
Материально-техническое обеспечение	Секундомер, скакалки, мячи для метания		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Бег на короткую дистанцию		
Цель	Повышение физической выносливости		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику бега на короткой дистанции, технику метания различных мягких предметов.Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений, укреплять мышцы ног.Коррекционно- воспитательные: формировать положительное отношение к регулярной физической активности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Объяснение техники бега на короткую дистанцию	Демонстрируют технику выполнения упражнения.Слушают объяснение	Выполняют домашнее задание.Слушают объяснение

3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение повторного бега из исходного положения низкого старта.Перепрыгивание с одной ноги на другую, выполнение прыжков на двух ногах через вращающуюся скакалку вперед, назад с промежуточным подскоком до 15-20 секунд.Выполнение метания различных предметов из мягких материалов весом 100-150 г на дальность	Выполняют бег на 60 м -2 раза за урок.Выполняют прыжки через скакалку на месте в равномерном темпе 1 мин. Метают различные предметы из мягких материалов весом 100-150 г в цель	Выполняют бег на 60 м -4 раза за урок.Выполняют прыжки через скакалку на месте в равномерном темпе до 2 мин.Метают различные предметы из мягких материалов весом 100-150 г в цель
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторить положения низкого старта	Выполняют упражнение	Выполняют упражнение
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Круг успеха»

Урок 58

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	8
Материально-техническое обеспечение	Секундомер, мячи для метания
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Бег на среднюю дистанцию (400 м)
Цель	Повышение физической выносливости

Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать техники бега на среднюю дистанцию, специально- беговых упражнений, метание мячей в цель.Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений, укреплять мышцы ног.Коррекционно- воспитательные: формировать положительное отношение к регулярной физической активности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение специально- беговых упражнений.Выполнение многоскоков с мягким приземлением на две ноги	Демонстрируют технику выполнения упражнения.Выполняют специальные беговые упражнения на меньшей дистанции.Выполняют прыжки в шаге с приземлением на обе ноги до 10 м	Выполняют домашнее задание.Выполняют специальные беговые упражнения на меньшей дистанции.Выполняют прыжки в шаге с приземлением на обе ноги до 15 м
3. Включение изученного в систему знаний	Объяснение техники бега на среднюю дистанцию.Выполнение бега на средней дистанции.Выполнение метания нескольких мячей в различные цели из различных исходных положений	Слушают объяснение.Бегут кросс на дистанцию 200 м.Метают несколько мячей в различные цели из различных исходных положений	Слушают объяснение.Бегут кросс на дистанцию 400 м.Метают несколько мячей в различные цели из различных исходных положений
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выпрыгивание вверх из приседа 8-10 раз	Выполняют приседание 5-6 раз	Выполняют упражнение 8-10 раз
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Круг успеха»

Урок 59

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	8		
Материально-техническое обеспечение	Секундомер, набивные мячи, эстафетные палочки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Прыжок в длину с полного разбега		
Цель	Развитие скоростно-силовой выносливости		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику выполнения специально- беговых упражнений, повторить технику бега на дистанции 60 мКоррекционно- развивающие: улучшить координацию и навыки быстрого принятия решений.Коррекционно-воспитательные: формировать положительное отношение к здоровому образу жизни и проявлять заботу о своём здоровье		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение специально-беговых упражнений.Выполнение	Отвечают на вопросы: «Хотелось ли Вам ещё раз пройтись по дистанции?», «Улучшилось ли ваше самочувствие после прогулки?».Выполняют специальные беговые упражнения на меньшей	Сообщают время преодоления дистанции, делятся впечатлениями. Выполняют специально- беговые

	многоскоков с мягким приземлением на две ноги	дистанции.Выполняют прыжки в шаге с приземлением на обе ноги до 10 м	упражнения.Выполняют прыжки в шаге с приземлением на обе ноги до 15 м
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение упражнений в подборе разбега для прыжков в длину.Ускорение на отрезке 60 м	Выполняют прыжки в длину с небольшого разбега меньшее количество раз.Выполняют бег на скорость 60 м с низкого старта 2 раза	Выполняют прыжки в длину с разбега.Выполняют бег на скорость 60 м с низкого старта 4- раза
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнить приседания 8-10 раз	Выполняют упражнения 5-7 раз	Выполняют упражнения 8-10 раз
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Круг успеха»

Урок 60

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	8
Материально-техническое обеспечение	Секундомер, набивные мячи, эстафетные палочки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Прыжок в длину с полного разбега
Цель	Развитие скоростно-силовой выносливости

Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику выполнения специально- беговых упражнений, повторить технику бега на дистанции 60 мКоррекционно- развивающие: улучшить координацию и навыки быстрого принятия решений.Коррекционно-воспитательные: формировать положительное отношение к здоровому образу жизни и проявлять заботу о своём здоровье		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение специально-беговых упражнений.Выполнение многоскоков с мягким приземлением на две ноги	Отвечают на вопросы: «Хотелось ли Вам ещё раз пройтись по дистанции?», «Улучшилось ли ваше самочувствие после прогулки?».Выполняют специальные беговые упражнения на меньшей дистанции.Выполняют прыжки в шаге с приземлением на обе ноги до 10 м	Сообщают время преодоления дистанции, делятся впечатлениями. Выполняют специально- беговые упражнения.Выполняют прыжки в шаге с приземлением на обе ноги до 15 м
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение упражнений в подборе разбега для прыжков в длину.Ускорение на отрезке 60 м	Выполняют прыжки в длину с небольшого разбега меньшее количество раз.Выполняют бег на скорость 60 м с низкого старта 2 раза	Выполняют прыжки в длину с разбега.Выполняют бег на скорость 60 м с низкого старта 4- раза
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнить приседания 8-10 раз	Выполняют упражнения 5-7 раз	Выполняют упражнения 8-10 раз
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Круг успеха»

Урок 61

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	8		
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, набивной мяч весом 1 кг, секундомер		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Толкание набивного мяча весом до 2-3 кг с места на дальность		
Цель	Развитие двигательных качеств		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику метания набивного мяча, повторить беговые упражнения, закрепить технику бега на короткой дистанции.Коррекционно- развивающие: развивать двигательные качества — ловкость, быстроту, силу.Коррекционно- воспитательные: формировать интерес к занятиям физической культурой, чувства ответственности, дисциплинированности, организованности и самостоятельности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания.Выполнение беговых упражнений	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют специально-беговые упражнения	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют специально-беговые упражнения

3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение бега на 100 м.Метания набивного мяча, согласовывая движения рук и туловища.Выполнение прыжка в длину (с разбега согнув ноги)	Выполняют бег на 100 м-1 раз. Бросают набивной мяч из различных исходных положений (весом 1-2 кг).Выполняют прыжок в длину (с разбега согнув ноги)	Выполняют бег на 100 м-1 раз. Бросают набивной мяч из различных исходных положений (весом 2-3 кг).Выполняют прыжок в длину (с разбега согнув ноги) на основе подбора индивидуального разбега
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: сгибание и разгибание рук в упоре стоя. - 2х17 (м) 2х14 (д)	Выполняют двигательное упражнение 6 (м) ,4 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 62

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	8
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, мячи для тенниса
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Метание теннисного мяча на дальность с полного разбега по коридору 10 м
Цель	Совершенствование техники метания теннисного мяча на дальность
Задачи	Коррекционно- образовательные: **повторить технику выполнения метания мяча на дальность,** закреплять технику выполнения бега на короткую дистанциюКоррекционно- развивающие: развивать мелкую моторику рук, координацию движенийКоррекционно-воспитательные: формировать честность, доброжелательное отношение к товарищам

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно- пространственные опоры
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение построений в шеренгу и перестроение в колонну	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют перестроения ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют перестроения по указанию учителя
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение бега на дистанции 40 м (3-6 раза) за урок, на 60м – 3 раза.Выполнение упражнений в подборе разбега для прыжков в длину.Метание теннисного мяча на дальность с полного разбега по коридору 10 м	Выполнение бега на дистанции 40 м (2-4 раза) за урок, на 60м – 1 раз.Выполняют прыжок в длину с 3-5 шагов разбега.Выполняют метание малого мяча на дальность с места (коридор 10 м)	Выполнение бега на дистанции 40 м (3-6 раза) за урок, на 60м – 3 раза.Выполняют прыжок в длину с полного разбега. Выполняют метание малого мяча на дальность с полного разбега (коридор 10 м)
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 3-4 упражнений для укрепления мышц туловища	Выполняют 1-2 упражнения для укрепления мышц туловища	Выполняют 3-4 упражнения для укрепления мышц туловища
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты

Урок 63

Предмет	Адаптивная физическая культура

Класс	8		
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, мячи для тенниса		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Метание теннисного мяча на дальность с полного разбега по коридору 10 м		
Цель	Совершенствование техники метания теннисного мяча на дальность		
Задачи	Коррекционно- образовательные: **повторить технику выполнения метания мяча на дальность,** закреплять технику выполнения бега на короткую дистанциюКоррекционно- развивающие: развивать мелкую моторику рук, координацию движенийКоррекционно-воспитательные: формировать честность, доброжелательное отношение к товарищам		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно- пространственные опоры
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение построений в шеренгу и перестроение в колонну	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют перестроения ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют перестроения по указанию учителя

3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение бега на дистанции 40 м (3-6 раза) за урок, на 60м – 3 раза.Выполнение упражнений в подборе разбега для прыжков в длину.Метание теннисного мяча на дальность с полного разбега по коридору 10 м	Выполнение бега на дистанции 40 м (2-4 раза) за урок, на 60м – 1 раз.Выполняют прыжок в длину с 3-5 шагов разбега.Выполняют метание малого мяча на дальность с места (коридор 10 м)	Выполнение бега на дистанции 40 м (3-6 раза) за урок, на 60м – 3 раза.Выполняют прыжок в длину с полного разбега. Выполняют метание малого мяча на дальность с полного разбега (коридор 10 м)
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 3-4 упражнений для укрепления мышц туловища	Выполняют 1-2 упражнения для укрепления мышц туловища	Выполняют 3-4 упражнения для укрепления мышц туловища
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты

Урок 64

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	8
Материально-техническое обеспечение	Секундомер
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Ходьба на скорость 15-20 мин. в различном темпе с изменением шага
Цель	**Расширение двигательного опыта**
Задачи	Коррекционно- образовательные: обучить учащихся основам передвижения по пересечённой местности, включая технику подъёмов, спусков и преодоления естественных препятствийКоррекционно- развивающие: развить устойчивость к физическим нагрузкам и умение сохранять спокойствие в условиях, требующих повышенного внимания.Коррекционно- воспитательные: воспитание интереса к занятиям легко-атлетическими упражнениями

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение специально- беговых упражнений	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют специально- беговые упражнения (по возможности)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют специально- беговые упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	Ходьба на скорость 15-20 мин. в различном темпе с изменением шага.Метание мяча с полного разбега на дальность в коридор 10 м	Идут на скорость 10-15 мин. в различном темпе с изменением шага.Осваивают метание малого мяча на дальность с места (коридор 10 м)	Идут на скорость 15-20 мин. в различном темпе с изменением шага.Выполняют метание малого мяча на дальность с места (коридор 10 м)
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: пройти по составленному маршруту с индивидуальной скоростью	Проходят свой маршрут в медленном темпе	Проходят свой маршрут в умеренном темпе и засекают время преодоления дистанции
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 65

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	8

Материально-техническое обеспечение	Секундомер		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Ходьба на скорость 15-20 мин. в различном темпе с изменением шага		
Цель	**Расширение двигательного опыта**		
Задачи	Коррекционно- образовательные: обучить учащихся основам передвижения по пересечённой местности, включая технику подъёмов, спусков и преодоления естественных препятствийКоррекционно- развивающие: развить устойчивость к физическим нагрузкам и умение сохранять спокойствие в условиях, требующих повышенного внимания.Коррекционно- воспитательные: воспитание интереса к занятиям легко-атлетическими упражнениями		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение специально- беговых упражнений	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют специально- беговые упражнения (по возможности)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют специально- беговые упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	Ходьба на скорость 15-20 мин. в различном темпе с изменением шага.Метание мяча с полного разбега на дальность в коридор 10 м	Идут на скорость 10-15 мин. в различном темпе с изменением шага.Осваивают метание малого мяча на дальность с места (коридор 10 м)	Идут на скорость 15-20 мин. в различном темпе с изменением шага.Выполняют метание малого мяча на дальность с места (коридор 10 м)

4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: пройти по составленному маршруту с индивидуальной скоростью	Проходят свой маршрут в медленном темпе	Проходят свой маршрут в умеренном темпе и засекают время преодоления дистанции
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 66

Предмет	Адаптивная физическая культура	
Класс	8	
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, мячи для метания, секундомер	
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)	
Тема	Эстафетный бег (4 * 60 м)	
Цель	**Закрепление техники передачи эстафетной палочки**	
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику эстафетного бега, повторить технику беговых упражнений, закрепить технику метания мяча.Коррекционно- развивающие: развивать **способность чувствовать темп бега**Коррекционно-воспитательные: формировать интерес к занятиям физической культурой, чувства ответственности, дисциплинированности, организованности и самостоятельности	
Этапы урока	Содержание деятельности	
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся

		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение беговых упражнений	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют специально-беговые упражнения	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют специально-беговые упражнения.
3. Включение изученного в систему знаний	Освоение техники передачи эстафетной палочки.Выполнение эстафетного бега	Выполняют эстафетный бег с этапами до 40 м	Пробегают эстафету (4 * 60 м)
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: сгибание и разгибание рук в упоре стоя. - 2х17 (м) 2х14 (д)	Выполняют двигательное упражнение 6 (м) ,4 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 67

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	8
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, мячи для метания, секундомер
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Эстафетный бег (4 * 60 м)

Цель	**Закрепление техники передачи эстафетной палочки**		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику эстафетного бега, повторить технику беговых упражнений, закрепить технику метания мяча.Коррекционно- развивающие: развивать **способность чувствовать темп бега**Коррекционно-воспитательные: формировать интерес к занятиям физической культурой, чувства ответственности, дисциплинированности, организованности и самостоятельности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение беговых упражнений	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют специально-беговые упражнения	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют специально-беговые упражнения.
3. Включение изученного в систему знаний	Освоение техники передачи эстафетной палочки.Выполнение эстафетного бега	Выполняют эстафетный бег с этапами до 40 м	Пробегают эстафету (4 * 60 м)
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: сгибание и разгибание рук в упоре стоя. - 2х17 (м) 2х14 (д)	Выполняют двигательное упражнение 6 (м) ,4 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 68

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	8		
Материально-техническое обеспечение	Секундомер, эстафетные палочки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Кроссовый бег до 2000 м		
Цель	Развитие выносливости и улучшение общей физической подготовки обучающихся		
Задачи	Коррекционно- образовательные: учить обучающихся поддерживать стабильный и комфортный темп на протяжении всего времени бега, правильно дышать во время бегаКоррекционно- развивающие: улучшать координацию движений, ритм, необходимое для плавного поддержания заданного темпа.Коррекционно- воспитательные: формировать положительное отношение к здоровому образу жизни		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение специально- беговых упражнений.Объяснение техники выполнения эстафетного бега	Показывают схему маршрута. Выполняют специально- беговые упражнения (по возможности).Слушают объяснение	Показывают составленную схему маршрута.Выполняют специально-беговые упражнения.Слушают объяснение, задают вопросы

3. Включение изученного в систему знаний	Эстафетный бег 4*60 м.Закрепление тактики бега на длинной дистанции.Подведение итогов учебного года	Пробегают эстафету 4*30 м.Бегут кросс на дистанции 1,5 км	Пробегают эстафету 4*60 м.Бегут кросс на дистанции 2 км
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: пройти по составленному маршруту с индивидуальной скоростью	Проходят свой маршрут в медленном темпе	Проходят свой маршрут в умеренном темпе и засекают время преодоления дистанции
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее ФАООП УО, вариант (1), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. №1026 (http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202212300059) и адресована обучающимся с нарушением интеллекта с учетом реализации особых образовательных потребностей.

Также основой нормативно-правовой базы являются следующие документы:

- Методические рекомендации «Организация образования обучающихся с нарушениями интеллекта с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий», г. Москва, 2026 год;

- АООП, 1 вариант, 2 вариант МКОУ «Ножовская школа-интернат VIII вида», разработанной, 31.08.2023 г.;

-Учебный план МКОУ «Ножовская школа-интернат VIII вида», утвержденный 31.08.2026 года;

-Календарный учебный график на 2026-2027 учебный год, утвержденный приказом от 17.08.2026 ОД-100.

Учебный предмет «Адаптивная физическая культура» относится к предметной области «Физическая культура» и является обязательной частью учебного плана. В соответствии с учебным планом рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 9 классе рассчитана на 34 учебные недели и составляет 68 часов в год (2 часа в неделю).

Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа определяет цель и задачи учебного предмета «Адаптивная физическая культура».

Цель обучения – всестороннее развитие личности обучающихся с нарушением интеллекта в процессе приобщения их к физической культуре; коррекция недостатков психофизического развития; развитие индивидуальных двигательных возможностей; создание условий для социальной адаптации.

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 9 классе определяет следующие задачи:

– формирование потребности в систематических занятиях физической культурой, доступными видами спорта;

– формирование основных двигательных качеств: быстрота, сила, ловкость и др.;

– развитие у обучающихся умения следить за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, адекватно их дозировать;

– формирование умений ходить и бегать в различном темпе, во время бега и ходьбы не задерживать дыхание;

– совершенствование умений выполнять прыжок в длину способом «согнув ноги с полного разбега»;

– совершенствование умений метания мяча (на дальность, в цель);

– совершенствование техники выполнения строевых команд и перестроений;

– совершенствование умений сохранять равновесие во время выполнения заданий на гимнастической скамейке и гимнастической стенке;

– совершенствование умений выполнять самостоятельно комплекс общеразвивающих упражнений;

– совершенствование умений подбирать разбег для прыжков и метания мяча на дальность;

– совершенствование умений перелезать через препятствие и подлезать под препятствие различными способами (в зависимости от высоты препятствия);

– совершенствование умений выполнять физические упражнения с предметами, с элементами акробатики и гимнастических на снарядах;

– совершенствования умений передвигаться на лыжах;

– формирование мотивации к здоровому образу жизни;

– совершенствование техники и приемов в спортивных играх;

– коррекция недостатков познавательной сферы и психомоторного развития;

– развитие и совершенствование волевой сферы;

– формирование способности объективно оценивать свои возможности.

– воспитание нравственных качеств и свойств личности.

II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

Содержание учебного предмета «Адаптивная физическая культура» отражено в следующих разделах: «Гимнастика», «Легкая атлетика», «Лыжная подготовка», «Спортивные игры». В каждом из разделов выделено два взаимосвязанных подраздела: «Теоретические сведения» и «Практический материал».

Освоение раздела «Лыжная подготовка» направлено на дальнейшее совершенствование навыков владения лыжами, которые способствуют коррекции психомоторной сферы школьников с нарушением интеллекта. В тех регионах, где климатические условия не позволяют систематически заниматься лыжной или конькобежной подготовками, следует заменить их занятиями гимнастикой, легкой атлетикой, подвижными играми. Но в этом случае следует проводить уроки физкультуры не только в условиях спортивного зала, но и на свежем воздухе.

Особое место в системе уроков по физической культуре занимают раздел «Спортивные игры» материал которого способствует укреплению здоровья обучающихся и развитию у них необходимых физических качеств, а таеже формирует навыки коллективного взаимодействия. В 9 классе обучающиеся совершенствуют свои умения в спортивных играх: волейбол, баскетбол, настольный теннис, продолжают изучать их правила, принимают активное участвуют в учебных играх, организованных учителем на уроках.

На уроках «Адаптивная физическая культура» учитель организует:

– беседы о значении физических упражнений для повышения качества здоровья, по технике безопасности во время занятий физической культурой и спортом, о видах спорта, спортивных играх и др. в соответствии с программой;

– выполнение обучающимися физических упражнений на основе демонстрации их выполнения учителем;

– выполнение обучающимися физических упражнений по словесной инструкции учителя;

– самостоятельное выполнение обучающимися комплекса упражнений;

– занятия в тренирующем режиме;

– развитие двигательных качеств в процессе занятий гимнастикой, легкой атлетикой, формирование двигательных умений и навыков в процессе подвижных игр.

Уроки адаптивной физической культуры планируются с учетом знаний структуры дефекта каждого обучающего, всех его потенциальных возможностей.

Таблица 1. Основное содержание учебного предмета «Адаптивная физическая культура» в 9 классе.

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов
1	Теоретические сведения о физической культуре	В процессе обучения (в течение учебного года)
2	Гимнастика	14
3	Легкая атлетика	20
4	Лыжная подготовка	16

5	Спортивные игры	18
	Итого	68

III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты

– осознает себя гражданином России; демонстрирует чувство гордости за свою Родину;

– владеет навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;

– демонстрирует навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в соревновательной и игровой деятельности.

– владеет знаниями правил безопасного, здорового образа жизни и отдельными навыками их выполнения;

– проявляет интерес к физической культуре и спорту, демонстрирует потребность в систематических занятиях физической культурой и доступными видами спорта;

– имеет адекватные представления о собственных возможностях,

– владеет социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;

– на доступном уровне способен к осмыслению социального окружения, своего места в нем;

– принимает и осваивает социальную роль обучающегося, демонстрирует (на доступном уровне) социально значимые мотивы учебной деятельности.

– проявляет уважительное отношение к спортивным результатам других людей, сверстников;

– сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к физической культуре, работе на результат;

– проявляет чувства доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, сопереживания к чувствам других людей;

– проявляет чувство гордости за успехи, достигнутые в соревнованиях различного уровня, как собственные, так и своих товарищей.

Уровни достижения

предметных результатов по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» на конец 9 класса

Предметные результаты

минимальный уровень

• имеет элементарные представления о физической культуре как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

• выполняет комплексы утренней гимнастики (под руководством учителя);

• знает основные правила поведения на уроках физической культуры и осознанно их применяет;

• имеет представления о двигательных действиях; знает строевые команды и выполняет строевые действия по словесной инструкции;

• умеет вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;

• ходит в различном темпе с различными исходными положениями;

• имеет представления о видах двигательной активности, направленных на развитие основных физических качеств в процессе участия в спортивных играх и эстафетах;

• взаимодействует со сверстниками в организации и проведении спортивных игр, соревнований;

• имеет представления о бережном обращении с инвентарём и оборудованием;

• соблюдает требования техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

достаточный уровень

• осваивает на доступном уровне элементы гимнастики, легкой атлетики, лыжной подготовки, спортивных игр и других видов физической культуры;

• самостоятельно выполняет комплекс упражнений утренней гимнастики;

• выполняет комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; участвует в оздоровительных занятиях, включенных в режим дня;

• умеет подавать строевые команды, вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;

• участвует со сверстниками в спортивных играх и эстафетах;

• умеет оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам в процессе участия в спортивных играх и соревнованиях; осуществляет их объективное судейство;

• знает отдельные спортивные традиции своего народа и других народов;

• знает некоторые факты из истории развития физической культуры, понимает её роль и значение в жизнедеятельности человека;

• знает способы использования различного спортивного инвентаря в основных видах двигательной активности;

• знает правила техники выполнения двигательных действий;

• знает физические упражнения различной целевой направленности, выполняет их с заданной дозировкой нагрузки;

• соблюдает требования техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

Результаты формирования базовых учебных действий:

Личностные учебные действия:

На основе представлений и элементарных знаний (на доступном уровне):

• испытывает чувство гордости за свою страну;

• бережно относится к культурно-историческому наследию родного края и страны;

• активно включается в общеполезную социальную деятельность.

Коммуникативные учебные действия:

В ситуации взаимодействия, организованной учителем:

• вступает и поддерживает коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия (учебных, трудовых, бытовых и др.);

• слушает собеседника, вступает в диалог и поддерживает его;

• использует доступные источники и средства получения информации для решения коммуникативных и познавательных задач.

Регулятивные учебные действия:

При совместной, организованной учителем деятельности:

• принимает и сохраняет цели и задачи учебных и практических заданий и упражнений, находит адекватный способ их решения;

• обладает готовностью к осуществлению взаимного контроля в совместной деятельности и самоконтроля собственной деятельности;

• адекватно реагирует на внешний контроль и оценку, корректирует в соответствии с ней свою деятельность.

Познавательные учебные действия:

На уроке в учебной деятельности, организованной учителем и под его контролем:

• дифференцированно воспринимает окружающий мир, его временно-пространственную организацию;

• использует усвоенные логические операции (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию, установление аналогий, закономерностей, причинно-следственных связей) на наглядном, доступном вербальном материале, в практической деятельности (в соответствии с индивидуальными возможностями);

• использует в жизни и деятельности некоторые межпредметные знания, отражающие несложные, доступные существенные связи и отношения между объектами, явлениями и процессами.

IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Тема учебного занятия	Кол-во часов	Программное содержание	Дифференциация видов деятельности	
				Минимальный уровень	Достаточный уровень
Легкая атлетика					
1	Инструктаж по техники безопасности на уроках легкой атлетики. Прохождение на время отрезков от 100-300 м	1	Беседа о правилах техники безопасности на занятиях легкой атлетикой. Прохождение отрезков с максимальной скоростью. Выполнение бега с различного старта на 60 м Выполнение прыжка в длину.	Слушают инструктаж, отвечают на вопросы учителя. Проходят отрезки от 100 до 200 м. Выполняют бег с различного старта на 60 м. Прыгают в длину.	Слушают инструктаж, отвечают на вопросы учителя. Проходят отрезки от 100 до 300 м. Выполняют бег с различного старта на 100 м Прыгают в длину.
2	Пешие переходы по пересеченной местности до 3-4 км	1	Совершение пешеходных переходов на заданную дистанцию. Выполнение бега на дистанцию 100 м с преодолением препятствий.	Выполняют ходьбу с заданиями, пешие переходы по местности до 3 км. Выполняют бег на дистанцию 100 м с преодолением 3 препятствий.	Выполняют ходьбу с заданиями, пешие переходы по местности до 4 км. Выполняют бег на дистанцию 100 м с преодоление 5 препятствий.
3	Медленный бег с равномерной скоростью от 6 до 10 минут	1	Выполнение бега легко и свободно, без лишних движений. Выполнение беговых упражнений Эстафетный бег 4*100 м.	Выполняют медленный бег в равномерном темпе до 3-5 минут. Выполняют беговые упражнения на меньшей дистанции. Пробегают эстафету 4*60 м.	Выполняют медленный бег в равномерном темпе до 6-10 минут. Выполняют беговые упражнения. Пробегают эстафету 4*100 м.

4	Бег с изменением скорости по ориентирам и сигналу учителя (до 6 мин)	1	Выполнение бега с изменением скорости по ориентирам и сигналу учителя (до 6 мин). Выполнение перепрыгивания через набивные мячи (расстояние 80-100 см, длина 4 метра).	Выполняют беговые упражнения на меньшей дистанции. Выполняют бег с изменением скорости по ориентирам и сигналу учителя до 4 мин. Перепрыгивают через набивные мячи (расстояние 80-100 см, длина 3 метра).	Выполняют беговые упражнения. Выполняют бег с изменением скорости по ориентирам и сигналу учителя (до 6 мин). Перепрыгивают через набивные мячи (расстояние 80-100 см, длина 4 метра).
5	Прыжки с ноги на ногу (до 10-15 м) с приземлением на две ноги	1	Выполнение беговых упражнений Выполнение многоскоков с мягким приземлением на две ноги. Выполнение толкания набивного мяча весом 3-4 кг.	Выполняют беговые упражнения на меньшей дистанции. Выполняют прыжки в шаге с приземлением на обе ноги (до 10 м). Толкают набивной мяч весом 2- 3 кг.	Выполняют беговые упражнения. Выполняют прыжки в шаге с приземлением на обе ноги (до 15 м). Толкают набивной мяч весом 4 кг со скачка в сектор.
6	Прыжки со скакалкой (до 2 мин)	1	Выполнение медленного бега (до 6 мин). Перепрыгивание с одной ноги на другую, выполнение прыжков на двух ногах через вращающуюся скакалку вперед, назад с промежуточным подскоком до 15-20 секунд. Выполнение метания различных предметов из мягких материалов весом 100-150 г в цель.	Выполняют бег в чередовании с ходьбой (до 6 мин). Выполняют прыжки через скакалку на месте в равномерном темпе (1 мин). Метают различные предметы из мягких материалов (весом 100-150 г) в цель.	Выполняют медленный бег (6 мин). Выполняют прыжки через скакалку на месте в равномерном темпе (до 2 мин). Метают различные предметы из мягких материалов (весом 100-150 г) в цель.
7	Бег на 60 м	1	Выполнение бега из исходного положения высокого старта.	Выполняют бег на 60 м (2 раза за урок).	Выполняют бег на 60 м (4 раза за урок).

			Выполнение метания различных предметов из мягких материалов (весом 100-150 г) на дальность.	Метают различные предметы из мягких материалов (весом 100-150 г) на дальность.	Метают различные предметы из мягких материалов (весом 100-150 г) на дальность.
8	Бег на средние дистанции(500 м)	1	Выполнение беговых упражнений Выполнение бега на средней дистанции. Выполнение метания нескольких мячей в различные цели из различных исходных положений.	Выполняют беговые упражнения. Бегут кросс на дистанцию 300 м. Метают несколько мячей в различные цели из различных исходных положений.	Выполняют беговые упражнения. Бегут кросс на дистанцию 500 м. Метают несколько мячей в различные цели из различных исходных положений.
Спортивные игры					
10-11	Вырывание и выбивание мяча в парах	2	Выполнение упражнений с набивными мячами: броски мяча с близкого расстояния, с разных позиций и расстояния. Ведение мяча с передачей, с последующим броском в кольцо. Демонстрирация стойки баскетболиста. Выполнение защитных действий против игрока без мяча и с мячом.	Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках). Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Выполняют упражнения с набивными мячами. Ведут, бросают мяч. Выполняют вырывание и выбивание баскетбольного мяча в парах (с опорой на образец выполнения учителем).	Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках). Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Выполняют упражнения с набивными мячами. Ведут, бросают мяч. Выполняют вырывание и выбивание баскетбольного мяча в парах.
12	Ведение мяча шагом с обводкой препятствий	1	Выполнение упражнений с набивными мячами: броски мяча с разных позиций и расстояния. Ведение мяча с передачей, с последующим броском в кольцо.	Выполняют ходьбу в колонне по одному. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений.	Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках). Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений.

			Выполнение передвижений с мячом, Демонстрация техники ведения мяча.	Выполняют упражнения с набивными мячами. Выполняют ведение баскетбольного мяча шагом с изменением направлений (без обводки).	Выполняют упражнения с набивными мячами. Ведут, бросают мяч. Выполняют ведение баскетбольного мяча шагом с изменением направлений.
13	Передача мяча и ловля в движении бегом в парах и тройках	1	Выполнение передачи мяча двумя и одной рукой в парах в движении. Выполнение бросков по корзине двумя руками от груди с места. Демонстрация отдельных элементов техники игры в баскетбол.	Выполняют ходьбу в колонне по одному. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Передают мяч двумя и одной рукой в парах в движении. Выполняют броски по корзине двумя руками от груди с места.	Выполняют ходьбу в колонне по одному. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Передают мяч двумя и одной рукой в парах в движении. Выполняют броски по корзине двумя руками от груди с места.
14	Бросок по корзине двумя руками от груди в движении	1	Выполнение передачи мяча двумя и одной рукой в парах в движении. Выполнение бросков по корзине двумя руками от груди в движении. Демонстрация отдельных элементов техники игры в баскетбол.	Выполняют ходьбу в колонне по одному. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Передают баскетбольный мяч с продвижением вперед и бросают мяч в корзину двумя руками от груди с места.	Выполняют ходьбу в колонне по одному. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Передают баскетбольный мяч с продвижением вперед и бросают мяч в корзину двумя руками от груди в движении.
15-16	Бросок по корзине, одной рукой от плеча. Учебная игра по упрощенным правилам	2	Выполнение передачи мяча двумя и одной рукой в тройках в движении. Выполнение бросков по корзине двумя руками от груди	Выполняют ходьбу в колонне по одному Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений.	Выполняют ходьбу в колонне по одному. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений.

			Демонстрация отдельных элементов техники игры в баскетбол. Выполнение бросков мяча в корзину с различных положений. Учебная игра в баскетбол по упрощенным правилам	Передают мяч двумя и одной рукой в тройках в движении. Выполняют штрафные броски. Играют в учебную игру(с помощью педагога).	Передают мяч двумя и одной рукой в тройках в движении. Демонстрруют бросок по корзине, одной рукой от плеча. Выполняют штрафные броски. Играют в учебную игру.
17-18	Зонная защита.	2	Выполняют ходьбу в колонне по одному. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Осваивают понятие «зонная защита». Демонстрация отдельных элементов техники игры в баскетбол. Учебная игра в баскетбол по упрощенным правилам.	Выполняют ходьбу в колонне по одному. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Осваивают зонную защиту. Ведут, бросают, подбирают баскетбольный мяч в процессе учебной игры.	Выполняют ходьбу в колонне по одному. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Выполняют зонную защиту. Ведут, бросают, подбирают баскетбольный мяч в процессе учебной игры. Осуществляют практическое судейство (с помощью педагога).
Гимнастика					
19	Упражнения на гимнастической стенке	1	Выполнение упражнений на гимнастической стенке.	Выполняют упражнения на гимнастической стенке (по инструкции и по показу учителя).	Выполняют упражнения на гимнастической стенке.
20	Упражнения с гимнастическими палками. Кувырок вперед	1	Выполнение упражнений с предметом, совмещая движения палки с движениями туловища, ног. Выполнение элемента акробатики.	Совмещают движения палки с движениями туловища, ног. Выполняют 4-6 упражнений с гимнастической палкой. Выполняют кувырок вперёд.	Совмещают движения палки с движениями туловища, ног. Выполняют 4-6 упражнений с гимнастической палкой. Выполняют кувырок вперёд.

21	Упражнения на формирования правильной осанки. Кувырок назад	1	Выполнение упражнений на сохранение правильного положения тела в движении и стоя на месте.	Выполняют ходьбу в колонне по одному. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Сохраняют правильное положение тела (по инструкции и по показу учителя). Выполняют кувырок назад.	Выполняют ходьбу в колонне по одному. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Сохраняют правильное положение тела. Выполняют кувырок назад.
22	Дыхательные упражнения. «Полушпагат», руки в стороны.	1	Выполнение дыхательных упражнений при выполнении упражнений различной интенсивности. Выполнение «полушпагата», руки в стороны.	Выполняют дыхательные упражнения: полное углубленное дыхание с различными движениями рук, дозированное дыхание в ходьбе с движениями рук в различных направлениях (по инструкции и по показу учителя). Выполняют «полушпагат».	Выполняют дыхательные упражнения: полное углубленное дыхание с различными движениями рук, дозированное дыхание в ходьбе с движениями рук в различных направлениях. Выполняют «полушпагат».
23	Упражнения в расслаблении мышц. Мост из положения лежа на спине	1	Выполнение упражнений на расслабление мышц, простых элементов самомассажа. Выполнение упражнения мост из положения лёжа на спине.	Выполняют ходьбу в колонне по одному. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Рационально меняют напряжение/ расслабление мышц. Выполняют мост из положения лёжа на спине.	Выполняют ходьбу в колонне по одному. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Рационально меняют напряжение/ расслабление мышц. Выполняют мост из положения лёжа на спине.
24	Переноска груза и передача предметов.	1	Выполнение передачи набивного мяча (3 кг) в колонне справа/слева, передача нескольких предметов в кругу.	Выполняют передачу набивного мяча (3 кг) в колонне справа/слева,	Выполняют передачу набивного мяча (3 кг) в колонне

	Стойка на лопатках		Выполнение стойки на лопатках.	передача нескольких предметов в кругу. Выполняют стойку на лопатках перекатом назад из упора присев.	справа/слева, передача нескольких предметов в кругу. Выполняют стойку на лопатках перекатом назад из упора присев.
25	Разновидности равновесий (на бревне). Акробатическая комбинация	1	Сохранение равновесия на ограниченной поверхности. Демонстрация элементов акробатики.	Выполняют упражнения на равновесие (с помощью учителя). Выполняют элементы акробатики.	Выполняют упражнения на равновесие. Выполняют элементы акробатики.
26	Упражнения с обручем. Акробатическая комбинация	1	Выполнение упражнений в пролезании сквозь ряд обручей, катании, пролезании в катящийся обруч, набрасывании и снимании со стойки, вращении в движении при ходьбе, ходьбе внутри обруча, прыжках внутрь, влево, вправо, вперед и назад с продвижением вперед. Выполнение акробатической комбинации.	Выполняют ходьбу в колонне по одному. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Выполняют упражнения с обручем и акробатическую комбинацию.	Выполняют ходьбу в колонне по одному. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Выполняют упражнения с обручем и акробатическую комбинацию.
27	Упражнения со скакалкой Опорный прыжок	1	Выполнение упражнений со сложенной скакалкой в различных исходных положениях, прыжки через скакалку на двух ногах и на одной ноге. Выполнение наскока в упор, стоя на коленях, переход в упор присев, соскок.	Выполняют комплекс упражнений со скакалкой с помощью педагога. Выполняют наскок в упор, стоя на коленях, переход в упор присев, соскок.	Выполняют комплекс упражнений со скакалкой. Выполняют наскок в упор, стоя на коленях, переход в упор присев, соскок.
28	Упражнения с набивными мячами. Опорный прыжок	1	Выполнение бросков и ловли мяча, передвижение с мячом в руках. Выполнение опорного прыжка через козла.	Выполняют переноску, передачу мяча сидя, лежа в различных направлениях (весом 1-2 кг).	Выполняют переноску, передачу мяча сидя, лежа в различных направлениях (весом 2-3 кг).

				Выполняют прыжок в упор, стоя на коленях.	Выполняют прыжок в упор, стоя на коленях.
29	Упражнения с сопротивлением. Разновидности прыжков, ходьбы, поворотов, пробежек на скамейке	1	Выполнение упражнений с элементами единоборств. Сохранение равновесия при движении по скамейке.	Выполняют повороты с различными движениями рук, с хлопками под ногой, повороты на носках на скамейке (с помошью учителя). Участвуют в выполнении комплекса упражнений с сопротивлением.	Выполняют повороты с различными движениями рук, с хлопками под ногой, повороты на носках на скамейке, прыжки с продвижением вперед (на полу). Выполняют комплекс упражнений с сопротивлением.
30	Выполнение несложных комбинаций на скамейке	1	Составление и выполнение комбинации упражнений на скамейке.	Выполняют ходьбу в колонне по одному. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Выполняют упражнения на равновесие на самейке (с помощью учителя).	Выполняют ходьбу в колонне по одному. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Выполняют упражнения на равновесие на скамейке.
31	Преодоление полосы препятствий	1	Преодоление полосы препятствий: канат, гимнастическая стенка, конь (козел), бревно.	Выполняют ходьбу в колонне по одному. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Преодолевают препятствия с перелезанием через них, подлезанием под ними (2-3 препятствия) с помощью учителя.	Выполняют ходьбу в колонне по одному. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Преодолевают препятствия с перелезанием через них, подлезанием под ними.
32	Лазанье различными способами	1	Выполнение лазания различными способами.	Выполняют ходьбу в колонне по одному.	Выполняют ходьбу в колонне по одному.

				Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Выполняют лазание различными способами по возможности.	Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Выполняют лазанье различными способами.
Лыжная подготовка					
33	Одновременный бесшажный ход	1	Инструктаж о правилах поведения и значение занятий лыжным спортом для жизни и деятельности человека. Выполнение строевых команд и приемов. Передвижение по учебному кругу попеременным двухшажным ходом. Тренировка техники передвижения одновременным бесшажным ходом.	Слушают инструктаж, отвечают на вопросы учителя с опорой на визуальный план. Выполняют строевые действия с лыжами. Передвигаются по учебному кругу попеременным двухшажным ходом. Осваивают технику передвижения одновременным бесшажным ходом.	Слушают инструктаж, участвуют в беседе, отвечают на вопросы учителя. Выполняют строевые действия с лыжами. Передвигаются по учебному кругу попеременным двухшажным ходом. Выполняют передвижение одновременным бесшажным ходом.
34-35	Одновременный одношажный и двухшажный ход	2	Беседа о значение занятий лыжным спортом для жизни и деятельности человека. Передвижение по учебному кругу попеременным двухшажным и одновременным бесшажным ходом.	Обосновывают значимость лыжной подготовки в жизни и деятельности человека (при необходимости, с помощью учителя, по наводящим вопросам). Осваивают технику передвижения попеременным двухшажным и одновременным бесшажным ходом.	Обосновывают значимость лыжной подготовки в жизни и деятельности человека. Совершенствуют попеременный двухшажный и одновременный бесшажный ход.
36-37	Лыжные эстафеты по кругу 300-400 м	2	Выполнение лыжных эстафет по кругу. Выполнение подъема по склону изученными способами.	Передвигаются по кругу 100-150 м (девушки-1 раз, юноши- 2 раза).	Участвуют в эстафетах на лыжах.

				Осваивают изученные способы подъема по склону на лыжах.	Выполняют подъем по склону на лыжах.
38	Прохождение на лыжах дистанции до 2 км девушки, до 2,5 км юноши	1	Преодоление дистанции на лыжах изученными способами передвижения.	Передвигаются на лыжах до 1 км (девушки), до 1,5 км (юноши).	Передвигаются на лыжах до 2 км (девушки), до 2,5 км (юноши).
39	Поворот на месте махом назад к наружи	1	Выполнение поворота на месте махом назад к наружи на лыжах. Передвижение до 2 км.	Выполняют поворот на месте махом назад к наружи на лыжах. Передвигаются на лыжах попеременным двухшажным ходом.	Выполняют поворот на месте махом назад к наружи на лыжах. Передвигаются на лыжах попеременным двухшажным ходом.
40	Прохождение отрезков до 100 м	1	Прохождение на лыжах отрезка (на время). Выполнение подъема по склону и спуск изученными способами на лыжах.	Проходят отрезок (на время) до 100 м 2-3 раза за урок. Осваивают изученные способы подъема по склону на лыжах.	Проходят отрезок (на время) до 100 м 4-5 раз за урок. Выполняют подъем по склону на лыжах.
41-42	Спуск в средней и высокой стойке со склона, подъем «лесенкой», «ёлочкой» с соблюдением техники безопасности	2	Сохранение равновесия при спуске со склона в высокой стойке. Демонстрация изученной техники подъема. Преодоление бугров и впадин на лыжах.	Выполняют подъем ступающим шагом, «ёлочкой», спуск в высокой стойке. Осваивают технику преодоления бугров и впадин на лыжах.	Выполняют подъем «лесенкой», «ёлочкой», спуск в средней и высокой стойке. Преодолевают бугры и впадины на лыжах.
43-44	Поворот на параллельных лыжах при спуске на лыжне	2	Выполнение лыжных эстафет по кругу. Выполнение поворота на лыжах.	Передвигаются по кругу 100-150 м (девушки-1 раз, юноши- 2 раза). Выполняют повороты переступанием на месте.	Участвуют в эстафетах на лыжах. Выполняют повороты переступанием в движении.
45-46	Прохождение дистанции 3-4 км (по слабопересеченной местности)	2	Прохождение дистанции 3-4 км (по слабопересеченной местности).	Проходят на лыжах дистанцию 1-3 км (по слабопересеченной местности).	Проходят на лыжах дистанцию 3-4 км (по слабопересеченной местности).

47-48	Прохождение дистанции 2 км (на время)	2	Прохождение дистанции на лыжах за урок.	Проходят дистанцию без учета времени 1-2 км.	Проходят дистанцию 2 км (на время).
Спортивные игры					
49	Отбивание мяча то одной, то другой стороной ракетки. Удары по мячу ракеткой на высоту 40-60 см – стоя и в движении вперед шагом с перемещением в сторону. Удар толчком справа, слева	1	Жонглирование теннисным мячом. Выполнение отбивания мяча стороной ракетки. Передвижение, выполнение ударов со стандартных положений.	Выполняют ходьбу в колонне по одному. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Дифференцируют разновидности ударов (с помощью учителя). Выполняют удары по мячу ракеткой.	Выполняют ходьбу в колонне по одному. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Дифференцируют разновидности ударов. Выполняют удары по мячу ракеткой стоя и в движении вперед шагом с перемещением в сторону.
50	Совершенствование ранее изученной техники стойки теннисиста, короткой и длинной подачи мяча	1	Выполнение стойки теннисиста. Подача мяча. Одиночная игра.	Выполняют ходьбу в колонне по одному. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Выполняют подачу и прием теннисного мяча. Играют в одиночную учебную игру.	Выполняют ходьбу в колонне по одному. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Дифференцируют разновидности подач. Выполняют подачу и прием теннисного мяча. Играют в одиночную учебную игру.
51	Техника отбивания мяча над столом, за ним и дальше от него.	1	Выполнение отбивания мяча ракеткой. Одиночная игра.	Выполняют ходьбу в колонне по одному.	Выполняют ходьбу в колонне по одному.

				Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Осваивают отбивание мяча. Играют в одиночную учебную игру.	Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Выполняют отбивание мяча. Играют в одиночную учебную игру.
52	Парная учебная игра в настольный теннис	1	Учебная игра в настольный теннис.	Выполняют ходьбу в колонне по одному. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Демонстрируют элементы техники приема мяча после подачи. Принимают участие в учебной игре.	Выполняют ходьбу в колонне по одному. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Демонстрируют элементы техникиигры в настольный теннис (в парной игре).
53	Верхняя прямая подача	1	Выполнение упражнений с набивными мячами. Выполнение верхней прямой подачи.	Выполняют упражнения с набивными мячами. Выполняют нижнюю подачу.	Выполняют упражнения с набивными мячами. Выполняют верхнюю прямую подачу.
54	Прямой нападающий удар через сетку с шагом. Блокирование нападающих ударов	1	Выполнение прямого нападающего удара через сетку. Блокирование нападающих ударов.	После показа учителя выполняют нападающий удар, блокируют мяч (с помощью учителя).	После показа учителя выполняют нападающий удар. Выполняют блокирование нападающих ударов.
55	Передача мяча в зонах	1	Выполнение прыжков вверх на месте, у сетки. Выполнение передачи мяча в 6,3,4; 5,3,4 зонах.	Прыгают вверх с места и с шага, у сетки (2-3 серии по 3-5 раз). Передают мяч в 6,3,4; 5,3,4 зонах.	Прыгают вверх с места и с шага, у сетки (3-6 серий по 5-10 раз). Передают мяч в 6,3,4; 5,3,4 зонах.

56	Переход по площадке после потери мяча.	1	Знание правил перехода по площадке. Выполнение игровых действий, соблюдая правила игры (учебная игра в волейбол).	Выполняют переход по площадке, принимают участие в учебной игре о упращенным правилам (с помощью учителя).	Выполняют переход по площадке, играют волейбол (по упращенным правилам).
Легкая атлетика					
57	Бег на 60 м	1	Выполнение беговых упражнений Выполнение бега с различного старта на 60 м. Выполнение прыжков со скакалкой на одной ноге.	Выполняют беговые упражнения. Выполняют бег с различного старта на 60 м. Выполняют прыжки на одной ноге, со скакалкой на месте (5-10 сек.).	Выполняют беговые упражнения. Выполняют бег с различного старта на 60 м. Выполняют прыжки на одной ноге, со скакалкой на месте (10-15 сек.).
58	Бег на средние дистанции (800 м)	1	Выполнение беговых упражнений Выполнение бега на средней дистанции. Выполнение метания нескольких мячей в различные цели из различных исходных положений.	Выполняют беговые упражнения. Бегут кросс на дистанцию 600 м. Метают несколько мячей в различные цели из различных исходных положений.	Выполняют беговые упражнения. Бегут кросс на дистанцию 800 м. Метают несколько мячей в различные цели из различных исходных положений.
59	Прыжковые кпражнения	1	Выполнение специальных прыжковых упражнений. Выполнение прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание».	Выполняют прыжковые упражнения. Выполняют прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание».	Выполняют прыжковые упражнения. Выполняют прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание».
60	Прыжок в длину с разбега. Бег на скорость до 60 м	1	Выполнение упражнений в подборе разбега для прыжков в длину.	Выполняют ходьбу в колонне по одному.	Выполняют ходьбу в колонне по одному.

			Прыжок в длину с разбега. Ускорение на отрезке 60 м.	Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Выполняют прыжки в длину с небольшого разбега. Выполняют бег на скорость 60 м с низкого старта (2 раза за урок).	Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Выполняют прыжки в длину с разбега. Выполняют бег на скорость 60 м с низкого старта (4 раза за урок).
61	Эстафетный бег (4*100 м)	1	Выполнение беговых упражнений Демонстрация техники передачи эстафетной палочки. Выполнение эстафетного бега.	Выполняют ходьбу в колонне по одному. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Выполняют беговые упражнения. Выполняют эстафетный бег с этапами до 80 м.	Выполняют ходьбу в колонне по одному. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Выполняют беговые упражнения. Пробегают эстафету (4*100 м)
62	Метание теннисного мяча на дальность с полного разбега по коридору 10 м.	1	Метание мяча с полного разбега на дальность по коридору 10 м. Распределение своих сил на дистанции, увеличивая и уменьшая скорость бега.	Выполняют ходьбу в колонне по одному. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Выполняют метание малого мяча на дальность с места (коридор 10 м). Бегут кросс на дистанции 2 км.	Выполняют ходьбу в колонне по одному. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Выполняют метание малого мяча на дальность с полного разбега (коридор 10 м). Бегут кросс на дистанции 2,5 км.
63	Прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание»	1	Выполнение специальных прыжковых упражнений на прыжки в высоту. Демонстрация техники выполнения прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание».	Выполняют специальные прыжковые упражнения. Выполняют прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание».	Выполняют специальные прыжковые упражнения. Выполняют прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание».

64	Прыжок в длину с места	1	Выполнение специальных прыжковых упражнений на прыжки в длину. Демонстрация техники прыжка с места: сильно отталкиваясь и мягко приземляясь.	Выполняют специальные прыжковые упражнения. Выполняют прыжок в длину с места.	Выполняют специальные прыжковые упражнения. Выполняют прыжок в длину с места.
65-66	Метание набивного мяча (до 3 кг) двумя руками из положения стоя снизу вперед-вверх, снизу через голову назад, от груди, стоя и сидя по одному и партнеру	2	Выполнение бега на 100 м. Метания набивного мяча, согласовывая движения рук и туловища. Выполнение прыжка в длину (с разбега согнув ноги).	Выполняют ходьбу в колонне по одному. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Выполняют бег на 100 м (1 раз за урок). Бросают набивной мяч из различных исходных положений (весом 1-2 кг). Выполняют прыжок в длину (с разбега согнув ноги).	Выполняют ходьбу в колонне по одному. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Выполняют бег на 100 м (1 раз за урок). Бросают набивной мяч из различных исходных положений (весом 2-3 кг). Выполняют прыжок в длину (с разбега согнув ноги) на основе подбора индивидуального разбега.
67-68	Медленный бег (10-12 мин)	2	Выполнение прыжка в длину с разбега. Демонстрация техники высокого старта, стартового разгона и плавного перехода в спокойный бег. Медленный бег (10-12 мин).	Выполняют ходьбу в колонне по одному. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Выполнение прыжка. Выполняют прыжок в длину (с разбега согнув ноги). Начинают бег с различного старта на 100 м (1 раз за урок).	Выполняют ходьбу в колонне по одному. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Выполняют прыжок в длину (с разбега согнув ноги) на основе подбора индивидуального разбега. Начинают бег с различного старта на 100 м (2 раза за урок).

				Выполняют медленный бег (10 мин).	Выполняют медленный бег (12 мин).

V. ТЕХНОЛОГИЧЕСКОЕ И МЕТОДИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

Урок 1

<table>
<tr><td>Предмет</td><td colspan="3">Адаптивная физическая культура</td></tr>
<tr><td>Класс</td><td colspan="3">9</td></tr>
<tr><td>Материально-техническое обеспечение</td><td colspan="3">Рулетка, секундомер</td></tr>
<tr><td>Тип урока</td><td colspan="3">Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)</td></tr>
<tr><td>Тема</td><td colspan="3">Инструктаж по технике безопасности на уроках легкой атлетики. Прохождение на время отрезков от 100-300 м. Виды легкоатлетических упражнений</td></tr>
<tr><td>Цель</td><td colspan="3">Закрепление правил поведения во время занятий физической культурой в зале и на спортивной площадке</td></tr>
<tr><td>Задачи</td><td colspan="3">Коррекционно- образовательные: повторить основные гигиенические правила и основные приемы самоконтроля, закрепить навык выполнения низкого старта, технику стартового разгона и финиширования.Коррекционно- развивающие: развивать скоростно- силовые качестваКоррекционно- воспитательные: воспитывать интерес к занятиям легко-атлетическими упражнениями</td></tr>
<tr><td rowspan="3">Этапы урока</td><td colspan="3">Содержание деятельности</td></tr>
<tr><td>Деятельность учителя</td><td colspan="2">Деятельность обучающихся</td></tr>
<tr><td>Минимальный уровень</td><td>Достаточный уровень</td></tr>
<tr><td>1. Организационный этап</td><td>Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия</td><td colspan="2">Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя</td></tr>
</table>

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Беседа о соблюдении техники безопасности на уроках легкой атлетики, об основных приемах самоконтроля	Слушают и применяют правила поведения на уроках легкой атлетики (под контролем учителя), отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на визуальный план(с использованием системы игровых, сенсорных поощрений),называют основные приемы самоконтроля	Слушают и применяют правила поведения на уроках легкой атлетики (самостоятельно), отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на визуальный план самостоятельно, называют основные приемы самоконтроля
3. Включение изученного в систему знаний	Прохождение на время отрезков от 100-300 м.Бег на дистанции 60 мПрыжок в длину с места (2 попытки)	Проходят отрезки от 100 до 200 м.Выполняют низкий старт и стартовый разгон.Имитируют прыжок на месте	Проходят на время отрезки с элементами соревновательной деятельности.Бегут 60 м с ускорением и на время.Выполняют прыжок в длину с места
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: измерение ЧСС в покое и после нагрузки	Заводят дневник контроля домашних заданий. Измеряют совместно с родителем	Заводят дневник контроля домашних заданий Самостоятельно измеряют ЧСС
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 2

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	9
Материально-техническое обеспечение	Секундомер
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Пешие переходы по пересеченной местности до 3-4 км

Цель	**Расширение двигательного опыта**		
Задачи	Коррекционно- образовательные: обучить учащихся основам передвижения по пересечённой местности, включая технику подъёмов, спусков и преодоления естественных препятствийКоррекционно- развивающие: развить устойчивость к физическим нагрузкам и умение сохранять спокойствие в условиях, требующих повышенного внимания.Коррекционно-воспитательные: воспитание интереса к занятиям легко-атлетическими упражнениями		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение специально- беговых упражнений	Демонстрируют способы измерения ЧСС (с помощью педагога).Выполняют специально- беговые упражнения (по возможности)	Демонстрируют способы измерения ЧСС.Выполняют специально- беговые упражнения
3. Открытие новых знаний	Выполнение бега на дистанцию 100 м с преодолением препятствий. Постановка проблемных вопросов:«Что лучше: ходьба или бег?», «Как правильно заниматься ходьбой?»Объяснение техники передвижения по пересеченной местности	Выполняют бег на дистанцию 100 м с преодолением 3 препятствий	Выполняют бег на дистанцию 100 м с преодолением 5 препятствий
4. Первичное закрепление материала	Совершение пешеходных переходов на заданную дистанцию.Измерение ЧСС	Выполняют ходьбу с заданиями, пешие переходы по местности до 3 км (по возможности). Измеряют ЧСС с помощью обучающихся 2 группы	Выполняют ходьбу с заданиями, пешие переходы по местности до 4 км.Самостоятельно измеряют ЧСС

5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: составьте маршрут для короткого похода по пересечённой местности, используя окрестностей школы	Совместно с родителями составляют схему маршрута, определяют расстояние и возможные естественные препятствия	Самостоятельно составляют схему маршрута, определяют расстояние и возможные естественные препятствия
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 3

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	9
Материально-техническое обеспечение	Набивные мячи, баскетбольные мячи
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Медленный бег с равномерной скоростью от 6 до 10 минут
Цель	Развитие выносливости и улучшение общей физической подготовки обучающихся
Задачи	Коррекционно- образовательные: учить обучающихся поддерживать стабильный и комфортный темп на протяжении всего времени бега, правильно дышать во время бегаКоррекционно- развивающие: улучшать координацию движений, ритм, необходимое для плавного поддержания заданного темпа.Коррекционно- воспитательные: формировать положительное отношение к здоровому образу жизни
Этапы урока	Содержание деятельности

	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение специально- беговых упражнений. Объяснение техники выполнения эстафетного бега	Показывают схему маршрута. Выполняют специально- беговые упражнения (по возможности). Слушают объяснение	Показывают составленную схему маршрута.Выполняют специально-беговые упражнения.Слушают объяснение, задают вопросы
3. Включение изученного в систему знаний	Эстафетный бег 4*100 м.Объяснение техники бега с равномерной скоростью.Медленный бег с равномерной скоростью от 6 до 10 минут Измерение ЧСС	Пробегают эстафету 4*60 м.Выполняют медленный бег в равномерном темпе до 3-5 минут.Измеряют ЧСС с помощью обучающихся 2 группы	Пробегают эстафету 4*100 м.Выполняют медленный бег в равномерном темпе до 6-10 минут.Самостоятельно измеряют ЧСС
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: пройти по составленному маршруту с индивидуальной скоростью	Проходят свой маршрут в медленном темпе	Проходят свой маршрут в умеренном темпе и засекают время преодоления дистанции
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 4

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	9

Материально-техническое обеспечение	Секундомер		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Бег с изменением скорости по ориентирам и сигналу учителя до 6 мин		
Цель	Развитие скоростно-силовой выносливости		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать умение развивать быструю реакцию и способность быстро менять скорость и направление движенияКоррекционно- развивающие: улучшить координацию и навыки быстрого принятия решений.Коррекционно-воспитательные: формировать положительное отношение к здоровому образу жизни		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания. Выполнение специально- беговых упражнений	Отвечают на вопросы: «Что вызвало затруднение в организации прогулки?».Выполняют специальные беговые упражнения на меньшей дистанции	Сообщают время преодоления дистанции, делятся впечатлениями. Выполняют специально- беговые упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение перепрыгивания через набивные мячи (расстояние 80-100 см, длина 4 метра).Инструктаж техники бега с изменением скорости.Выполнение бега с	Перепрыгивают через набивные мячи (расстояние 80-100 см, длина 3 метра).Слушают объяснение.Выполняют бег с изменением скорости по ориентирам и	Перепрыгивают через набивные мячи (расстояние 80-100 см, длина 4 метра).Слушают объяснение, задают вопросы.Выполняют бег с изменением

	изменением скорости по ориентирам и сигналу учителя до 6 мин.Измерение ЧСС	сигналу учителя до 4 мин. Измеряют ЧСС с помощью обучающихся 2 группы	скорости по ориентирам и сигналу учителя до 6 мин.Самостоятельно измеряют ЧСС
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: пройти по составленному маршруту с индивидуальной скоростью	Проходят свой маршрут в медленном темпе	Проходят свой маршрут в быстром темпе и засекают время преодоления дистанции
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 5

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	9
Материально-техническое обеспечение	Секундомер, набивные мячи, эстафетные палочки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Прыжки с ноги на ногу до 10-15 м с приземлением на две ноги
Цель	Развитие скоростно-силовой выносливости
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику выполнения специально- беговых упражнений, технику передачи эстафеты, технику толкания набивного мяча.Коррекционно- развивающие: улучшить координацию и навыки быстрого принятия решений.Коррекционно- воспитательные: формировать положительное отношение к здоровому образу жизни и проявлять заботу о своём здоровье

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение специально-беговых упражнений.Выполнение многоскоков с мягким приземлением на две ноги	Отвечают на вопросы: «Хотелось ли Вам ещё раз пройтись по дистанции?», «Улучшилось ли ваше самочувствие после прогулки?».Выполняют специальные беговые упражнения на меньшей дистанции.Выполняют прыжки в шаге с приземлением на обе ноги до 10 м	Сообщают время преодоления дистанции, делятся впечатлениями. Выполняют специально- беговые упражнения.Выполняют прыжки в шаге с приземлением на обе ноги до 15 м
3. Включение изученного в систему знаний	Эстафетный бег 4*100 м Объяснение техники бега с равномерной скоростью.Выполнение толкания набивного мяча весом 3-4кг.Измерение ЧСС	Пробегают эстафету 4*60 м.Толкают набивной мяч весом 2- 3 кг.Измеряют ЧСС с помощью обучающихся 2 группы	Пробегают эстафету 4*100 м.Толкают набивной мяч весом 3- 4 кг.Самостоятельно измеряют ЧСС
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнить приседания 8-10 раз	Выполняют упражнения 5-7 раз	Выполняют упражнения 8-10 раз
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Круг успеха»

Урок 6

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	9		
Материально-техническое обеспечение	Секундомер, скакалки, мячи для метания		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Прыжки со скакалкой до 2 мин		
Цель	Развитие представления о дозированной нагрузке и выносливости		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику прыжков со скакалкой, технику метания различных мягких предметов.Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений, укреплять мышцы ног.Коррекционно- воспитательные: формировать положительное отношение к здоровому образу жизни		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение медленного бега 6 мин	Демонстрируют технику выполнения упражнения.Выполняют бег в чередовании с ходьбой 6 мин	Выполняют домашнее задание.Выполняют медленный бег 6 мин

3. Включение изученного в систему знаний	Перепрыгивание с одной ноги на другую, выполнение прыжков на двух ногах через вращающуюся скакалку вперед, назад с промежуточным подскоком до 15-20 секунд.Выполнение метания различных предметов из мягких материалов весом 100-150 г в цель	Выполняют бег в чередовании с ходьбой 6 мин.Выполняют прыжки через скакалку на месте в равномерном темпе 1 мин.Метают различные предметы из мягких материалов весом 100-150 г в цель	Выполняют медленный бег 6 мин. Выполняют прыжки через скакалку на месте в равномерном темпе до 2 мин.Метают различные предметы из мягких материалов весом 100-150 г в цель
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнить приседания 10-12 раз	Выполняют упражнения 5-7 раз	Выполняют упражнения 10-12 раз
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Круг успеха»

Урок 7

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	9
Материально-техническое обеспечение	Секундомер, скакалки, мячи для метания
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Бег на 60 м
Цель	Повышение физической выносливости

Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику бега на короткой дистанции, технику метания различных мягких предметов.Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений, укреплять мышцы ног.Коррекционно- воспитательные: формировать положительное отношение к регулярной физической активности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Объяснение техники бега на короткую дистанцию	Демонстрируют технику выполнения упражнения.Слушают объяснение	Выполняют домашнее задание.Слушают объяснение
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение повторного бега из исходного положения низкого старта.Перепрыгивание с одной ноги на другую, выполнение прыжков на двух ногах через вращающуюся скакалку вперед, назад с промежуточным подскоком до 15-20 секунд.Выполнение метания различных предметов из мягких материалов весом 100-150 г на дальность	Выполняют бег на 60 м -2 раза за урок.Выполняют прыжки через скакалку на месте в равномерном темпе 1 мин. Метают различные предметы из мягких материалов весом 100-150 г в цель	Выполняют бег на 60 м -4 раза за урок.Выполняют прыжки через скакалку на месте в равномерном темпе до 2 мин.Метают различные предметы из мягких материалов весом 100-150 г в цель
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторить положения низкого старта	Выполняют упражнение	Выполняют упражнение
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Круг успеха»

Урок 8

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	9		
Материально-техническое обеспечение	Секундомер, мячи для метания		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Бег на средние дистанции (500 м)		
Цель	Повышение физической выносливости		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать техники бега на среднюю дистанцию, специально- беговых упражнений, метание мячей в цель.Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений, укреплять мышцы ног.Коррекционно- воспитательные: формировать положительное отношение к регулярной физической активности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение специально- беговых упражнений.Выполнение многоскоков с мягким приземлением на две ноги	Демонстрируют технику выполнения упражнения.Выполняют специальные беговые упражнения на меньшей дистанции.Выполняют прыжки в шаге с приземлением на обе ноги до 10 м	Выполняют домашнее задание.Выполняют специальные беговые упражнения на меньшей дистанции.Выполняют прыжки в шаге с приземлением на обе ноги до 15 м

3. Включение изученного в систему знаний	Объяснение техники бега на среднюю дистанцию.Выполнение бега на средней дистанции.Выполнение метания нескольких мячей в различные цели из различных исходных положений	Слушают объяснение.Бегут кросс на дистанцию 300 м.Метают несколько мячей в различные цели из различных исходных положений	Слушают объяснение.Бегут кросс на дистанцию 500 м.Метают несколько мячей в различные цели из различных исходных положений
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выпрыгивание вверх из приседа 8-10 раз	Выполняют приседание 5-6 раз	Выполняют упражнение 8-10 раз
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Круг успеха»

Урок 9

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	9
Материально-техническое обеспечение	Набивные мячи, баскетбольные мячи
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Вырывание и выбивание мяча в парах
Цель	Изучение приёмов выбивания и вырывания мяча
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить технику выбивания и вырывания мяча, закрепить приемы владения мячом в баскетболе.Коррекционно- развивающие: развивать быстроту реакции, точность движенийКоррекционно- воспитательные: создать условия для формирования и самореализации (чувства товарищества, целеустремлённости, упорства, самооценки)

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение разминки с мячом	Демонстрируют технику выполнения упражнения.Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках).Выполняют комплекс упражнений с мячом	Выполняют домашнее задание.Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках).Выполняют комплекс упражнений с мячом
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение упражнений с набивными мячами: броски мяча с близкого расстояния, с разных позиций и расстояния.Выполняют ведение мяча с передачей, с последующим броском в кольцо.Демонстрирование стойки баскетболиста, выполнение защитных действий против игрока без мяча и с мячом	Выполняют упражнения с набивными мячами. Ведут, бросаютВыполняют вырывание и выбивание мяча в парах (на основе образца учителя)	Выполняют упражнения с набивными мячами. Ведут, бросаютВыполняют вырывание и выбивание мяча в парах
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнить сгибание и разгибание рук в упоре лежа 10-12 (д), 15-20 (ю)	Выполняют сгибание и разгибание рук в упоре стоя на коленях (по возможности)	Выполняют сгибание и разгибание рук в упоре лежа 10-12 (д), 15-20 (ю)
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Круг успеха»

Урок 10

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	9		
Материально-техническое обеспечение	Набивные мячи, баскетбольные мячи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Вырывание и выбивание мяча в парах		
Цель	Изучение приёмов выбивания и вырывания мяча		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику выбивания и вырывания мяча, повторить упражнения в движении с баскетбольным мячом.Коррекционно- развивающие: развитие быстроты реакции, точности движенийКоррекционно- воспитательные: создать условия для формирования и самореализации (чувства товарищества, целеустремлённости, упорства, самооценки)		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполняют упражнения в движении	Демонстрируют технику выполнения упражнения.Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках).Выполняют упражнения движении	Выполняют домашнее задание.Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках).Выполняют упражнения в движении

3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение упражнений с набивными мячами: броски мяча с близкого расстояния, с разных позиций и расстояния.Выполняют ведение мяча с передачей, с последующим броском в кольцо.Демонстрирование стойки баскетболиста, выполнение защитных действий против игрока без мяча и с мячом	Выполняют упражнения с набивными мячами.Выполняют упражнения в тройках.Выполняют вырывание и выбивание мяча в парах (на основе образца учителя)	Выполняют упражнения с набивными мячами. Выполняют упражнения в тройках.Выполняют вырывание и выбивание мяча в парах (на основе образца учителя)
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнить сгибание и разгибание рук в упоре лежа 10-12 (д), 15-20 (ю)	Выполняют сгибание и разгибание рук в упоре стоя на коленях (по возможности)	Выполняют сгибание и разгибание рук в упоре лежа 10-12 (д), 15-20 (ю)
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения рук	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения рук

Урок 11

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	9
Материально-техническое обеспечение	Набивные мячи, баскетбольные мячи
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Вырывание и выбивание мяча в парах
Цель	Изучение приёмов выбивания и вырывания мяча
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику выбивания и вырывания мяча, повторить упражнения с набивным мячом, совершенствовать навыки владения мячом.Коррекционно- развивающие: развитие быстроты реакции, точности движенийКоррекционно-

	воспитательные: создать условия для формирования и самореализации (чувства товарищества, целеустремлённости, упорства, самооценки)		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполняют упражнения в движении	Демонстрируют технику выполнения упражнения.Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках).Выполняют упражнения движении	Выполняют домашнее задание.Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках).Выполняют упражнения в движении
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение упражнений с набивными мячами: броски мяча с близкого расстояния, с разных позиций и расстояния.Выполняют ведение мяча с передачей, с последующим броском в кольцо.Демонстрирование стойки баскетболиста, выполнение защитных действий против игрока без мяча и с мячом	Выполняют упражнения с набивными мячами.Выполняют упражнения в тройках.Выполняют вырывание и выбивание мяча в парах (на основе образца учителя)	Выполняют упражнения с набивными мячами. Выполняют упражнения в тройках.Выполняют вырывание и выбивание мяча в парах (на основе образца учителя)
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнить сгибание и разгибание рук в упоре лежа 10-12 (д), 15-20 (ю)	Выполняют сгибание и разгибание рук в упоре стоя на коленях (по возможности)	Выполняют сгибание и разгибание рук в упоре лежа 10-12 (д), 15-20 (ю)
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения рук	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения рук

Урок 12

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	9		
Материально-техническое обеспечение	Набивные мячи, баскетбольные мячи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Ведение мяча шагом с обводкой препятствий		
Цель	**Формирование навыка правильно выполнять ведение мяча с обводкой препятствий**		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику ведения мяча с обводкой препятствий, развивать познавательный интерес к учебной деятельности на уроке.Коррекционно- развивающие: развивать и коррегировать координационные способности.Коррекционно-воспитательные: воспитание морально-волевых качеств личности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение разминки: разновидности ходьбы и бега с элементами остановок, поворотов и перемещений	Демонстрируют технику выполнения упражнения.Выполняют ходьбу в колонне по одному	Выполняют домашнее задание.Выполняют ходьбу и бег в колонне по одному

3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение упражнений в паре с баскетбольным мячом.Ускорения 15-20 мВыполнение комбинации из элементов баскетболаУчебная игра по упрощенным правилам	Выполняют упражнений в паре с баскетбольным мячом.Выполняют ускорение 10 -12 м.Выполняют элементы по отдельностиУчаствуют в учебной игре (по возможности)	Выполняют упражнений в паре с баскетбольным мячом.Выполняют ускорение 15 -20 м.Выполняют комбинацию из элементовИграют в учебную игру по упрощенным правилам
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнить сгибание и разгибание рук в упоре лежа 12-15 (д), 20 (ю)	Выполняют сгибание и разгибание рук в упоре стоя на коленях (по возможности)	Выполняют сгибание и разгибание рук в упоре лежа 12 (д), 20 (ю)
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Круг успеха»

Урок 13

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	9
Материально-техническое обеспечение	Набивные мячи, баскетбольные мячи
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Передача мяча и ловля в движении бегом в парах и тройках
Цель	**Формирование навыка правильно выполнять** передачу мяча и ловить в движении бегом в парах и тройках
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику ведения мяча с обводкой препятствий, закрепить технику передачи и ловли мяча в парах и тройкахКоррекционно- развивающие: развивать ловкость, координацию движенийКоррекционно- воспитательные: воспитание морально-волевых качеств личности

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение разминки: разновидности ходьбы и бега с элементами остановок, поворотов и перемещений	Демонстрируют технику выполнения упражнения.Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках).	Выполняют домашнее задание.Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках).Выполняют упражнений в паре с баскетбольным мячом
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение упражнений в паре с баскетбольным мячом.Выполнение передача мяча и ловля в движении бегом в парах и тройках.Выполнение комбинации из элементов баскетболаУчебная игра по упрощенным правилам	Выполняют упражнений в паре с баскетбольным мячом.Выполняют передача мяча и ловля на месте в парах и тройках.Выполняют элементы по отдельностиУчаствуют в учебной игре (по возможности)	Выполняют упражнений в паре с баскетбольным мячом.Выполнение передача мяча и ловля в движении бегом в парах и тройках.Выполняют комбинацию из элементовИграют в учебную игру по упрощенным правилам
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнить сгибание и разгибание рук в упоре лежа 12-15 (д), 20 (ю)	Выполняют сгибание и разгибание рук в упоре стоя на коленях (по возможности)	Выполняют сгибание и разгибание рук в упоре лежа 12-15 (д), 20 (ю)
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Круг успеха»

Урок 14

Предмет	Адаптивная физическая культура

Класс	9		
Материально-техническое обеспечение	Баскетбольные мячи, конусы		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Бросок по корзине двумя руками от груди в движении		
Цель	**Формирование навыка правильно выполнять** бросок по корзине двумя руками от груди в движении, совершенствовать навыки владения мячом.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику броска по корзине двумя руками от груди в движении Коррекционно-развивающие: развивать ловкость, координацию движенийКоррекционно- воспитательные: воспитание морально-волевых качеств личности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение разминки: разновидности ходьбы и бега с элементами остановок, поворотов и перемещений	Демонстрируют технику выполнения упражнения.Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках)	Выполняют домашнее задание.Выполняют ходьбу в колонне по одному (на носках, на пятках).Выполняют упражнений в паре с баскетбольным мячом
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение передача мяча и ловля в движении бегом в парах и тройках.Сочетание приемов в баскетболе: ведение, 2 шага,	Выполняют передача мяча и ловля на месте в парах и тройках.Сочетают приемы	Выполнение передача мяча и ловля в движении бегом в парах и тройках.Сочетают приемы в

	бросокУчебная игра по упрощенным правилам	в ходьбеУчаствуют в учебной игре (по возможности)	движенииИграют в учебную игру по упрощенным правилам
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнить сгибание и разгибание рук в упоре лежа 12-15 (д), 20 (ю)	Выполняют сгибание и разгибание рук в упоре стоя на коленях (по возможности)	Выполняют сгибание и разгибание рук в упоре лежа 12-15 (д), 20 (ю)
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Круг успеха»

Урок 15

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	9
Материально-техническое обеспечение	Баскетбольные мячи, конусы
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Бросок по корзине, одной рукой от плеча Учебная игра по упрощенным правилам
Цель	**Формирование навыка правильно выполнять** бросок по корзине одной рукой от плеча
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику броска по корзине одной рукой от плеча, совершенствовать навыки владения мячом.Коррекционно- развивающие: развивать ловкость, координацию движенийКоррекционно- воспитательные: воспитание морально-волевых качеств личности
Этапы урока	Содержание деятельности

	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение передача мяча и ловля в движении бегом в парах и тройках	Демонстрируют технику выполнения упражнения.Выполняют передача мяча и ловля на месте в парах и тройках	Выполняют домашнее задание.Выполняют передача мяча и ловля на месте в парах и тройках
3. Включение изученного в систему знаний	Сочетание приемов в баскетболе: ведение, 2 шага, бросок.Объяснение техники броска по корзине одной рукой от плечаВыполнение броска по корзине одной рукой от плечаУчебная игра по упрощенным правилам	Сочетают приемы в ходьбе.Слушают объяснение.Выполняют бросок по корзине двумя руками от грудиУчаствуют в учебной игре (по возможности)	Сочетают приемы в движении.Слушают объяснение.Выполняют бросок по корзине одной рукой от плечаИграют в учебную игру по упрощенным правилам
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнить сгибание и разгибание рук в упоре лежа 12-15 (д), 20 (ю)	Выполняют сгибание и разгибание рук в упоре стоя на коленях (по возможности)	Выполняют сгибание и разгибание рук в упоре лежа 12-15 (д), 20 (ю)
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Круг успеха»

Урок 16

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	9

Материально-техническое обеспечение	Набивные мячи, баскетбольные мячи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Бросок по корзине, одной рукой от плеча Учебная игра по упрощенным правилам		
Цель	**Формирование навыка правильно выполнять** бросок по корзине одной рукой от плеча		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику броска по корзине одной рукой от плеча, совершенствовать навыки владения мячом в учебной игре.Коррекционно- развивающие: развивать ловкость, координацию движенийКоррекционно-воспитательные: воспитание морально-волевых качеств личности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение передача мяча и ловля в движении бегом в парах и тройках	Демонстрируют технику выполнения упражнения.Выполняют передача мяча и ловля на месте в парах и тройках	Выполняют домашнее задание.Выполняют передача мяча и ловля на месте в парах и тройках
3. Включение изученного в систему знаний	Сочетание приемов в баскетболе: ведение, 2 шага, бросок.Объяснение техники броска по корзине одной рукой от плечаВыполнение броска по корзине одной рукой от плеча.Учебная игра по упрощенным правилам	Сочетают приемы в ходьбе.Слушают объяснение.Выполняют бросок по корзине двумя руками от груди.Участвуют в учебной игре (по возможности)	Сочетают приемы в движении.Слушают объяснение.Выполняют бросок по корзине одной рукой от плеча.Играют в учебную игру по упрощенным правилам

5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнить сгибание и разгибание рук в упоре лежа 10-12 (д), 15-20 (ю)	Выполняют сгибание и разгибание рук в упоре стоя на коленях (по возможности)	Выполняют сгибание и разгибание рук в упоре лежа 10-12 (д), 15-20 (ю)
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения рук	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения рук

Урок 17

<table>
<tr><td>Предмет</td><td colspan="3">Адаптивная физическая культура</td></tr>
<tr><td>Класс</td><td colspan="3">9</td></tr>
<tr><td>Материально-техническое обеспечение</td><td colspan="3">Набивные мячи, баскетбольные мячи</td></tr>
<tr><td>Тип урока</td><td colspan="3">Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)</td></tr>
<tr><td>Тема</td><td colspan="3">Зонная защита. Учебно- тренировочная игра в баскетбол</td></tr>
<tr><td>Цель</td><td colspan="3">Совершенствования умений и навыков командной защиты</td></tr>
<tr><td>Задачи</td><td colspan="3">Коррекционно- образовательные: освоить действия игрока в зонной защите, повторить различные передачи мяча, закрепить бросок мяча по корзине после ведения.Коррекционно- развивающие: развивать ловкость, координацию движенийКоррекционно- воспитательные: воспитание морально-волевых качеств личности</td></tr>
<tr><td rowspan="3">Этапы урока</td><td colspan="3">Содержание деятельности</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Деятельность учителя</td><td colspan="2">Деятельность обучающихся</td></tr>
<tr><td>Минимальный уровень</td><td>Достаточный уровень</td></tr>
</table>

1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение передача мяча и ловля в движении бегом в парах и тройках	Демонстрируют технику выполнения упражнения.Выполняют передача мяча и ловля на месте в парах и тройках	Выполняют домашнее задание.Выполняют передача мяча и ловля на месте в парах и тройках
3. Включение изученного в систему знаний	Сочетание приемов в баскетболе: ведение, 2 шага, бросок.Соревнование на количество попаданий в кольцо с линии штрафного броска.Действия игроков в зонной защите.Учебно- тренировочная игра 3х3 с применением зонной защиты	Сочетают приемы в ходьбе.Слушают объяснение.Выполняют бросок по корзине двумя руками от груди.Наблюдают за действиями игрока в зонной защите обучающихся 2 группы.Участвуют в учебной игре (по возможности)	Сочетают приемы в движении.Слушают объяснение.Выполняют бросок по корзине одной рукой от плеча.Осваивают действия игрока в зонной защите.Играют в учебную игру с применением зонной защиты
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторить правила и технику выполнения штрафного броска	Повторяют правила выполнения штрафного броска	**Повторить правила назначения штрафного броска в баскетболе**
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности **приёмом «Финальный свисток»**	Оценивают результат своей деятельности **приёмом «Финальный свисток»**

Урок 18

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	9
Материально-техническое обеспечение	Набивные мячи, баскетбольные мячи
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)

Тема	Зонная защита. Учебно- тренировочная игра в баскетбол		
Цель	Совершенствования умений и навыков командной защиты		
Задачи	Коррекционно- образовательные: освоить действия игрока в зонной защите, повторить различные передачи мяча, закрепить бросок мяча по корзине после ведения.Коррекционно- развивающие: развивать ловкость, координацию движенийКоррекционно- воспитательные: воспитание морально-волевых качеств личности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение передача мяча и ловля в движении бегом в парах и тройках	Демонстрируют технику выполнения упражнения.Выполняют передача мяча и ловля на месте в парах и тройках	Выполняют домашнее задание.Выполняют передача мяча и ловля на месте в парах и тройках
3. Включение изученного в систему знаний	Сочетание приемов в баскетболе: ведение, 2 шага, бросок.Соревнование на количество попаданий в кольцо с линии штрафного броска.Действия игроков в зонной защите.Учебно- тренировочная игра 3х3 с применением зонной защиты	Сочетают приемы в ходьбе.Слушают объяснение.Выполняют бросок по корзине двумя руками от груди.Наблюдают за действиями игрока в зонной защите обучающихся 2 группы.Участвуют в учебной игре (по возможности)	Сочетают приемы в движении.Слушают объяснение.Выполняют бросок по корзине одной рукой от плеча.Осваивают действия игрока в зонной защите.Играют в учебную игру с применением зонной защиты
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторить правила и технику выполнения штрафного броска	Повторяют правила выполнения штрафного броска	**Повторить правила назначения штрафного броска в баскетболе**
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности **приёмом «Финальный свисток»**	Оценивают результат своей деятельности **приёмом «Финальный свисток»**

Урок 19

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	9		
Материально-техническое обеспечение	Набивные мячи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Упражнения на гимнастической стенке		
Цель	Развитие физических качеств		
Задачи	Коррекционно- образовательные: разучить комплекс упражнений типа зарядки, повторить упражнения на гимнастической стенке.Коррекционно- развивающие: развивать ловкость, координацию движенийКоррекционно- воспитательные: воспитание морально-волевых качеств личности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение строевых упражнений: короче шаг, полшага, полный шаг	Демонстрируют технику выполнения упражнения.Выполняют строевые упражнения ориентируясь на образец выполнения обучающегося 2 группы	Выполняют домашнее задание.Выполняют строевые упражнения

3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение комплекса упражнений типа зарядки.Выполнение упражнений на гимнастической стенке.Проведение игры «Гонка мячей между ног» и «Гонка мячей над головой». Мяч -2-3 кг	Выполняют (5-6 упражнений) комплекса упражнений типа зарядки.Выполняют 3-4 упражненияУчаствуют в игре (мяч 1 кг)	Выполняют комплекс упражнений типа зарядки.Выполняют упражнения на гимнастической стенке.Играют в подвижную игру
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнить 8-9 упражнений комплекса упражнений типа зарядки	Выполняют 3-4 упражнения комплекса упражнений типа зарядки	Выполняют упражнения комплекса упражнений типа зарядки
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности **приёмом «Комплимент-похвала»**	Оценивают результат своей деятельности **приёмом «Комплимент-похвала»**

Урок 20

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	9
Материально-техническое обеспечение	Набивные мячи, гимнастические палки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Упражнения с гимнастическими палками
Цель	Профилактика нарушений осанки
Задачи	Коррекционно- образовательные: разучить комплекс упражнений с гимнастической палкой, повторить упражнения на гимнастической стенке.Коррекционно- развивающие: развивать ловкость, координацию движенийКоррекционно- воспитательные: воспитание морально-волевых качеств личности

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение строевых упражнений: короче шаг, полшага, полный шаг	Демонстрируют технику выполнения упражнения.Выполняют строевые упражнения ориентируясь на образец выполнения обучающегося 2 группы	Выполняют домашнее задание.Выполняют строевые упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение комплекса упражнений с гимнастической палкой.Выполнение упражнений на гимнастической стенке.Проведение игры «Гонка мячей между ног» и «Гонка мячей над головой». Мяч -2-3 кг	Выполняют (5-6 упражнений) комплекса упражнений.Выполняют 3-4 упражненияУчаствуют в игре (мяч 1 кг)	Выполняют комплекс упражнений с гимнастической палкой.Выполняют упражнения на гимнастической стенке.Играют в подвижную игру
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнить комплекс упражнений типа зарядки	Выполняют 5-6 упражнения комплекса упражнений типа зарядки	Выполняют комплекс упражнений типа зарядки
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности **приёмом «Комплимент-похвала»**	Оценивают результат своей деятельности **приёмом «Комплимент-похвала»**

Урок 21

Предмет	Адаптивная физическая культура

Класс	9		
Материально-техническое обеспечение	Мешочки с песком, гимнастические палки, маты		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Упражнения на формирования правильной осанки		
Цель	Профилактика нарушений осанки		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить комплекс упражнений с гимнастической палкой, закрепить упражнения на гимнастической стенке.Коррекционно- развивающие: развивать ловкость, координацию движенийКоррекционно- воспитательные: воспитание морально-волевых качеств личности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение строевых упражнений: короче шаг, полшага, полный шаг	Демонстрируют технику выполнения упражнения.Выполняют строевые упражнения ориентируясь на образец выполнения обучающегося 2 группы	Выполняют домашнее задание.Выполняют строевые упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение комплекса упражнений с гимнастической палкой.Выполнение упражнений для формирования и закрепления навыка правильной осанкиИгры с сохранением	Выполняют (5-6 упражнений) комплекса упражнений с гимнастической палкой.Выполняют 3-4 упражнения для формирования и закрепления навыка	Выполняют комплекс упражнений с гимнастической палкой.Выполняют упражнения для формирования и

	правильной осанки «Тише едешь — дальше будешь»	правильной осанки у стены и лежа.Участвуют в игре	закрепления навыка правильной осанки.Играют в подвижную игру
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнить упражнений для формирования и закрепления навыка правильной осанки	Выполняют 3- 4упражнения комплекса упражнений	Выполняют комплекс упражнений
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности **приёмом «Комплимент-похвала»**	Оценивают результат своей деятельности **приёмом «Комплимент-похвала»**

Урок 22

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	9
Материально-техническое обеспечение	Мешочки с песком, маты
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Дыхательные упражнения
Цель	Увеличение объёма дыхания и нормализация его ритма
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить упражнения для формирования и закрепления навыка правильной осанки, закрепить упражнения на дыхание.Коррекционно- развивающие: развивать выносливость, координацию движенийКоррекционно- воспитательные: воспитание морально-волевых качеств личности
Этапы урока	Содержание деятельности

	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение строевых упражнений:короче шаг, полшага, полный шаг	Демонстрируют технику выполнения упражнения.Выполняют строевые упражнения ориентируясь на образец выполнения обучающегося 2 группы	Выполняют домашнее задание.Выполняют строевые упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение упражнений для формирования и закрепления навыка правильной осанки.Регулирование акта дыхания по глубине и частоте при выполнении упражнений различной интенсивностиИгры с гимнастическими скакалками	Выполняют 3-4 упражнения для формирования и закрепления навыка правильной осанки у стены и лежа.Участвуют в игре	Выполняют упражнения для формирования и закрепления навыка правильной осанки.Играют в подвижную игру
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнить упражнений для формирования и закрепления навыка правильной осанки	Выполняют 3- 4упражнения комплекса упражнений	Выполняют комплекс упражнений
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности **приёмом «Комплимент-похвала»**	Оценивают результат своей деятельности **приёмом «Комплимент-похвала»**

Урок 23

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	9

Материально-техническое обеспечение	Скакалки, маты, обручи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Упражнения в расслаблении мышц		
Цель	**Уменьшение мышечного напряжения** и улучшение самочувствия и настроения		
Задачи	Коррекционно- образовательные: разучить упражнения в расслаблении, совершенствовать строевые упражнения, закрепить технику выполнения упражнений на дыхание,Коррекционно- развивающие: развивать выносливость, силуКоррекционно- воспитательные: воспитание морально-волевых качеств личности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение строевых упражнений:короче шаг, полшага, полный шаг	Демонстрируют технику выполнения упражнения.Выполняют строевые упражнения ориентируясь на образец выполнения обучающегося 2 группы	Выполняют домашнее задание.Выполняют строевые упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение прыжковых упражнений с гимнастической скакалкой.Выполнение упражнений в расслаблении мышц.Выполнение упражнений в подтягивании.Игра- эстафета с гимнастическими обручами	Выполняют 1-2 прыжковых упражнения с гимнастической скакалкой.Тренировочные упражнения (1-2) в расслаблении мышц.Выполняют подтягивание на низкой перекладине.Участвуют в игре	Выполняют 5-6 прыжковых упражнения с гимнастической скакалкой.Тренировочные упражнения в расслаблении мышц.Выполняют подтягивание на низкой перекладине(д) и на высокой (ю).Играют в подвижную игру

5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнить упражнений для формирования и закрепления навыка правильной осанки	Выполняют 3- 4упражнения комплекса упражнений	Выполняют комплекс упражнений
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности **приёмом «Комплимент-похвала»**	Оценивают результат своей деятельности **приёмом «Комплимент-похвала»**

Урок 24

Предмет	Адаптивная физическая культура	
Класс	9	
Материально-техническое обеспечение	Скакалки, маты, обручи	
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)	
Тема	Упражнения в расслаблении мышц	
Цель	**Уменьшение мышечного напряжения,** улучшение самочувствия и настроения	
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить упражнения в расслаблении, совершенствовать строевые упражнения, закрепить технику выполнения упражнений на дыхание,Коррекционно- развивающие: развивать выносливость, силу,Коррекционно- воспитательные: воспитание морально-волевых качеств личности	
Этапы урока	Содержание деятельности	
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся

		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение строевых упражнений:короче шаг, полшага, полный шаг	Демонстрируют технику выполнения упражнения.Выполняют строевые упражнения ориентируясь на образец выполнения обучающегося 2 группы	Выполняют домашнее задание.Выполняют строевые упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение прыжковых упражнений с гимнастической скакалкой.Регулирование акта дыхания по глубине и частоте при выполнении упражнений различной интенсивности.Выполнение упражнений в подтягивании.Игра- эстафета с гимнастическими обручами	Выполняют 1-2 прыжковых упражнения с гимнастической скакалкой.Тренировочные упражнения (1-2) на дыхание.Выполняют подтягивание на низкой перекладине.Участвуют в игре	Выполняют 5-6 прыжковых упражнения с гимнастической скакалкой.Тренировочные упражнения на дыхание.Выполняют подтягивание на низкой перекладине(д) и на высокой (ю).Играют в подвижную игру
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнить упражнений для формирования и закрепления навыка правильной осанки	Выполняют 3- 4упражнения комплекса упражнений	Выполняют комплекс упражнений
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности **приёмом «Комплимент-похвала»**	Оценивают результат своей деятельности **приёмом «Комплимент-похвала»**

Урок 25

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	9

Материально-техническое обеспечение	Скакалки, маты, скамейки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Разновидности равновесий (на бревне). Акробатическая комбинация		
Цель	Совершенствование техники выполнения гимнастических упражнений		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить составленную акробатическую комбинацию, совершенствовать строевые упражнения, закрепить упражнения в равновесииКоррекционно- развивающие: развивать гибкость, ловкость, координационные способностиКоррекционно- воспитательные: способствовать формированию нравственных качеств: коммуникабельность, организованность, самостоятельность, воспитывать чувство коллективизма, уважение к одноклассникам		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение строевых упражнений:короче шаг, полшага, полный шаг	Демонстрируют технику выполнения упражнения.Выполняют строевые упражнения ориентируясь на образец выполнения обучающегося 2 группы	Выполняют домашнее задание.Выполняют строевые упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение прыжковых упражнений с гимнастической скакалкой.Демонстрирование элементов акробатики.Сохранение равновесия на ограниченной поверхности	Выполняют 1-2 прыжковых упражнения с гимнастической скакалкой.Выполняют упражнения на равновесие.Выполняют элементы акробатики по возможности, состоянию здоровья	Выполняют 5-6 прыжковых упражнения с гимнастической скакалкой.Выполняют упражнения на равновесие.Выполняют элементы акробатики по возможности, состоянию здоровья

5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнить упражнений для формирования и закрепления навыка правильной осанки	Выполняют 3- 4упражнения комплекса упражнений	Выполняют комплекс упражнений
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 26

Предмет	Адаптивная физическая культура	
Класс	9	
Материально-техническое обеспечение	Скакалки, маты, скамейки	
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)	
Тема	Упражнения с обручем. Акробатическая комбинация	
Цель	Совершенствование техники выполнения гимнастических упражнений	
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить упражнения акробатической комбинации, совершенствовать строевые упражнения, повторить упражнения с обручемКоррекционно- развивающие: развивать гибкость, ловкость, координационные способностиКоррекционно-воспитательные: способствовать формированию нравственных качеств: самостоятельность, воспитывать чувство коллективизма, уважение к одноклассникам	
Этапы урока	Содержание деятельности	
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся

		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение строевых упражнений:короче шаг, полшага, полный шаг	Демонстрируют технику выполнения упражнения.Выполняют строевые упражнения ориентируясь на образец выполнения обучающегося 2 группы	Выполняют домашнее задание.Выполняют строевые упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение упражнений в пролезании сквозь ряд обручей, катании, пролезании в катящийся обруч, набрасывании и снимании со стойки, вращении в движении при ходьбе, ходьбе внутри обруча, прыжках внутрь, влево, вправо, вперед и назад с продвижением вперед.Выполнение акробатической комбинации	Выполняют ходьбу в колонне по одному. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений.Выполняют упражнения с обручем и акробатическую комбинацию по возможности и состоянию здоровья	Выполняют ходьбу в колонне по одному. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений.Выполняют упражнения с обручем и акробатическую комбинацию по возможности и состоянию здоровья
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнить сгибание и разгибание рук в упоре лежа 10-12 (д), 15-20 (ю)	Выполняют сгибание и разгибание рук в упоре стоя на коленях (по возможности)	Выполняют сгибание и разгибание рук в упоре лежа 10-12 (д), 15-20 (ю)
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 27

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	9

Материально-техническое обеспечение	Скакалки, маты, конь, козёл		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Упражнения со скакалкой. Опорный прыжок		
Цель	Совершенствование техники выполнения гимнастических упражнений		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить технику выполнений опорного прыжка, совершенствовать строевые упражнения, повторить упражнения со скакалкойКоррекционно- развивающие: развивать гибкость, ловкость, координационные способностиКоррекционно-воспитательные: способствовать формированию нравственных качеств: самостоятельность, воспитывать чувство коллективизма		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение строевых упражнений:короче шаг, полшага, полный шаг	Демонстрируют технику выполнения упражнения.Выполняют строевые упражнения ориентируясь на образец выполнения обучающегося 2 группы	Выполняют домашнее задание.Выполняют строевые упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение упражнений со сложенной скакалкой в различных исходных положениях, прыжки через скакалку на двух и одной ноге.Выполнение наскока в упор, стоя на коленях, переход в упор присев, соскок	Выполняют мост, комплекс упражнений со скакалкой с помощью педагога.Выполняют наскок в упор, стоя на коленях, переход в упор присев, соскок	Выполняют мост, комплекс упражнений со скакалкой.Выполняют наскок в упор, стоя на коленях, переход в упор присев, соскок

5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнить сгибание и разгибание рук в упоре лежа 10-12 (д), 15-20 (ю)	Выполняют сгибание и разгибание рук в упоре стоя на коленях (по возможности)	Выполняют сгибание и разгибание рук в упоре лежа 10-12 (д), 15-20 (ю)
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 28

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	9		
Материально-техническое обеспечение	Набивные мячи, маты,		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Упражнения с набивными мячами. Опорный прыжок		
Цель	Совершенствование техники выполнения гимнастических упражнений		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить технику выполнений опорного прыжка, совершенствовать строевые упражнения, повторить упражнения с набивными мячамиКоррекционно- развивающие: развивать силу, координационные способностиКоррекционно- воспитательные: способствовать формированию нравственных качеств: самостоятельность, воспитывать чувство коллективизма		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение строевых упражнений:короче шаг, полшага, полный шаг	Демонстрируют технику выполнения упражнения.Выполняют строевые упражнения ориентируясь на образец выполнения обучающегося 2 группы	Выполняют домашнее задание.Выполняют строевые упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение бросков и ловли, передвижение с мячом в руках, выполнение опорного прыжка через козла	Выполняют переноску, передачу мяча сидя, лежа в различных направлениях (весом 1-2 кг).Выполняют прыжок в упор, стоя на коленях	Выполняют переноску, передачу мяча сидя, лежа в различных направлениях (весом 2-3 кг).Выполняют прыжок в упор, стоя на коленях
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнить сгибание и разгибание рук в упоре лежа 10-12 (д), 15-20 (ю)	Выполняют сгибание и разгибание рук в упоре стоя на коленях (по возможности)	Выполняют сгибание и разгибание рук в упоре лежа 10-12 (д), 15-20 (ю)
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 29

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	9
Материально-техническое обеспечение	Гимнастическая скамейка, маты
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)

Тема	Упражнения с сопротивлением. Разновидности прыжков, ходьбы, поворотов, пробежек на скамейке		
Цель	Совершенствование техники выполнения гимнастических упражнений		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить упражнения с сопротивлением, совершенствовать технику выполнения упражнений на гимнастической скамейкеКоррекционно- развивающие: развивать силу, ловкостьКоррекционно- воспитательные: способствовать формированию нравственных качеств: самостоятельность, воспитывать чувство коллективизма		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение строевых упражнений:короче шаг, полшага, полный шаг	Демонстрируют технику выполнения упражнения.Выполняют строевые упражнения ориентируясь на образец выполнения обучающегося 2 группы	Выполняют домашнее задание.Выполняют строевые упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение упражнений с элементами единоборств, сохранение равновесия при движении по гимнастической скамейке	Выполняют комплекс упражнений с сопротивлением меньшее количество раз.Выполняют повороты с различными движениями рук, с хлопками под ногой, повороты на носках	Выполняют комплекс упражнений с сопротивлением. Выполняют повороты с различными движениями рук, с хлопками под ногой, повороты на носках, прыжки с продвижением вперед (на полу)
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнить приседания 10-12 раз	Выполняют упражнения 5-7 раз	Выполняют упражнения 10-12 раз
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 31

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	9		
Материально-техническое обеспечение	Гимнастическая скамейка, маты, конь, канат		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Преодоление полосы препятствий		
Цель	Совершенствование техники преодоления препятствий		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить упражнения с сопротивлением, закрепить технику преодоления препятствий, соблюдая правила техники безопасностиКоррекционно- развивающие: развивать силу, координационные способностиКоррекционно-воспитательные: способствовать формированию нравственных качеств: самостоятельность, воспитывать чувство коллективизма		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение строевых действий	Демонстрируют технику выполнения упражнения.Выполняют строевые действия	Выполняют домашнее задание.Выполняют строевые действия

		ориентируясь на образец выполнения обучающегося 2 группы	
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение упражнений с элементами единоборств.Преодоление полосы препятствий: канат, гимнастическая стенка, конь(козел), бревно	Выполняют комплекс упражнений с сопротивлением меньшее количество раз.Преодолевают препятствия с перелезанием через них, подлезанием под ними (2-3 препятствий) с помощью педагога	Выполняют комплекс упражнений с сопротивлением.Преодолевают препятствия с перелезанием через них, подлезанием под ними
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнить приседания 10-12 раз	Выполняют упражнения 5-7 раз	Выполняют упражнения 10-12 раз
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 32

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	9
Материально-техническое обеспечение	Маты, канат, шведская стенка
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Лазанье различными способами по канату
Цель	Совершенствование техники лазанье

Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить упражнения с сопротивлением, закрепить технику преодоления препятствий, соблюдая правила техники безопасностиКоррекционно- развивающие: развивать силу, координационные способностиКоррекционно-воспитательные: способствовать формированию нравственных качеств: самостоятельность, воспитывать чувство коллективизма		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение строевых действий	Демонстрируют технику выполнения упражнения.Выполняют строевые действия ориентируясь на образец выполнения обучающегося 2 группы	Выполняют домашнее задание.Выполняют строевые действия
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение упражнений с элементами единоборств.Выполнение лазания различными способами по канату	Выполняют комплекс упражнений с сопротивлением меньшее количество раз.Выполняют лазание различными способами по шведской стенке	Выполняют комплекс упражнений с сопротивлением.Выполняют лазание различными способами
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: подготовиться к занятиям по лыжной подготовки	Готовят одежду и лыжный инвентарь для занятий	Готовят одежду и лыжный инвентарь для занятий
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 33

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	9		
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Одновременный бесшажный ход		
Цель	Совершенствование техники передвижения на лыжах и воспитание интереса к лыжной подготовке		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить правила поведения и технику безопасности на занятиях лыжным спортом, закрепить строевые действия и команды с лыжами, закрепить технику передвижения на лыжахКоррекционно- развивающие: развивать координационные способностиКоррекционно- воспитательные: формировать сознательное отношение к выполнению упражнений, воспитывать коллективизм, взаимопомощь, самостоятельность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Инструктаж о правилах поведения и значение занятий лыжным спортом для трудовой деятельности человека. Организация проверки домашнего задания	Слушают инструктаж, отвечают на вопросы учителя с опорой на визуальный план. Демонстрируют готовность к уроку	Слушают инструктаж, участвуют в беседе, отвечают на вопросы учителя.Самостоятельно подбирают лыжный инвентарь

3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение строевых команд и приемов с лыжами и на лыжах.Передвижение по учебному кругу попеременным двухшажным ходом.Ознакомление с техникой передвижения одновременным бесшажным ходом	Выполняют строевые действия с лыжами.Передвигаются по учебному кругу попеременным двухшажным ходом. Осваивают технику передвижения одновременного бесшажного хода	Выполняют строевые действия с лыжами.Передвигаются по учебному кругу попеременным двухшажным ходом. Выполняют передвижение одновременным бесшажным ходом
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: подготовиться к занятиям по лыжной подготовки	Готовят одежду и лыжный инвентарь для занятий	Готовят одежду и лыжный инвентарь для занятий
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 34

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	9
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Одновременный одношажный и двухшажный ход
Цель	Совершенствование техники передвижения на лыжах и воспитание интереса к лыжной подготовке
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить правила поведения и технику безопасности на занятиях лыжным спортом, закрепить строевые действия и команды с лыжами, закрепить технику одновременного бесшажного и одношажного ходовКоррекционно- развивающие:

	развивать координационные способности, выносливостиКоррекционно- воспитательные: формировать сознательное отношение к выполнению упражнений, воспитывать коллективизм, взаимопомощь, самостоятельность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Беседа о значение занятий лыжным спортом для трудовой деятельности человека.Организация проверки домашнего задания	Обосновывают значимость лыжной подготовки как способа формирования прикладных умений и навыков в трудовой деятельности человека (при необходимости, с помощью учителя, по наводящим вопросам).Демонстрируют готовность к уроку	Обосновывают значимость лыжной подготовки как способа формирования прикладных умений и навыков в трудовой деятельности человека (при необходимости, с помощью учителя, по наводящим вопросам).Самостоятельно подбирают лыжный инвентарь
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение строевых команд и приемов с лыжами и на лыжах.Передвижение по учебному кругу попеременным двухшажным и одновременным одношажного и двухшажного ходом.Овершенствование техники передвижения попеременным двухшажным ходом	Выполняют строевые действия с лыжами.Осваивают технику передвижения одновременного одношажного и двухшажного ходов	Выполняют строевые действия с лыжами.Передвигаются по учебному кругу попеременным двухшажным ходом. Выполняют передвижение одновременным одношажным и двухшажным ходом
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста	Отвечают на 2-3 вопроса теста	Проходят тестирование
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 35

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	9		
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Одновременный одношажный и двухшажный ход		
Цель	Совершенствование техники передвижения на лыжах и воспитание интереса к лыжной подготовке		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить правила поведения и технику безопасности на занятиях лыжным спортом, закрепить строевые действия и команды с лыжами, закрепить технику одновременного бесшажного и одношажного ходовКоррекционно- развивающие: развивать координационные способности, выносливостиКоррекционно- воспитательные: формировать сознательное отношение к выполнению упражнений, воспитывать коллективизм, взаимопомощь, самостоятельность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Беседа о значение занятий лыжным спортом для трудовой деятельности человека.Организация проверки домашнего задания	Обосновывают значимость лыжной подготовки как способа формирования прикладных умений и навыков в трудовой деятельности человека (при необходимости, с помощью учителя, по наводящим вопросам).Отвечают на вопросы учителя по тесту	Обосновывают значимость лыжной подготовки как способа формирования прикладных умений и навыков в трудовой деятельности человека (при необходимости, с помощью учителя, по наводящим вопросам).Отвечают на вопросы учителя по тесту
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение строевых команд и приемов с лыжами и на лыжах.Передвижение по учебному кругу попеременным двухшажным и одновременным одношажного и двухшажного ходом.Овершенствование техники передвижения попеременным двухшажным ходом	Выполняют строевые действия с лыжами.Осваивают технику передвижения одновременного одношажного и двухшажного ходов	Выполняют строевые действия с лыжами.Передвигаются по учебному кругу попеременным двухшажным ходом. Выполняют передвижение одновременным одношажным и двухшажным ходом
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста	Отвечают на 2-3 вопроса теста	Проходят тестирование
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 36

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	9
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь

Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Лыжные эстафеты по кругу 300-400 м		
Цель	Совершенствование умения и технических приёмов через проведение лыжных эстафет		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить изученные способы передвижения на лыжах, повторить способы спуска и подъема на склонКоррекционно- развивающие: развивать тактическое мышление, скоростную выносливостьКоррекционно- воспитательные: развивать нравственные качества: чувство товарищества, взаимовыручки, ответственности и доброжелательного отношения друг к другу		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Беседа о правилах поведения эстафет на лыжах	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Слушают правила проведения эстафет, отвечают на вопросы учителя.	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Участвуют в беседе по правилам проведения эстафет
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение лыжных эстафет по кругу.Инструктаж по технике безопасности по прохождению спуска со склона на лыжах.Выполнение подъема по склону изученными способами	Передвигаются по кругу 100-150 м (девочки-1 раз, мальчики- 2 раза).Осваивают изученные способы подъема по склону на лыжах	Участвуют в эстафетах на лыжах.Выполняют подъем по склону на лыжах
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по правилам проведения лыжных эстафет	Отвечают на 2-3 вопроса теста	Проходят тестирование

6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 37

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	9		
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Лыжные эстафеты по кругу 300-400 м		
Цель	Совершенствование умения и технических приёмов через проведение лыжных эстафет		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить изученные способы передвижения на лыжах, повторить способы спуска и подъема на склонКоррекционно- развивающие: развивать тактическое мышление, скоростную выносливостьКоррекционно- воспитательные: развивать нравственные качества: чувство товарищества, взаимовыручки, ответственности и доброжелательного отношения друг к другу		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	

2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Беседа о правилах поведения эстафет на лыжах	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Слушают правила проведения эстафет, отвечают на вопросы учителя.	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Участвуют в беседе по правилам проведения эстафет
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение лыжных эстафет по кругу.Инструктаж по технике безопасности по прохождению спуска со склона на лыжах.Выполнение подъема по склону изученными способами	Передвигаются по кругу 100-150 м (девочки-1 раз, мальчики- 2 раза).Осваивают изученные способы подъема по склону на лыжах	Участвуют в эстафетах на лыжах.Выполняют подъем по склону на лыжах
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по правилам проведения лыжных эстафет	Отвечают на 2-3 вопроса теста	Проходят тестирование
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 38

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	9
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Прохождение на лыжах дистанции до 2 км девушки, до 2,5 км юноши
Цель	Совершенствование техники изученных способов передвижения на лыжах при прохождении лыжной дистанции

Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить изученные способы передвижения на лыжахКоррекционно- развивающие: развивать координацию движений, выносливостьКоррекционно- воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручки, доброжелательного отношения друг к другу		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Инструктаж по технике безопасности	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Слушают инструктаж по техники безопасности во время передвижения по учебному кругу	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Слушают инструктаж по техники безопасности во время передвижения по учебному кругу
3. Включение изученного в систему знаний	Преодоление дистанции на лыжах изученными способами передвижения	Передвигаются на лыжах до 1 км(девочки), до 1,5 км (мальчики)	Передвигаются на лыжах до 2 км до 2 км девушки, до 2,5 км юноши
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по способам передвижения на лыжах	Отвечают на 2-3 вопроса теста	Проходят тестирование
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 39

Предмет	Адаптивная физическая культура

Класс	9		
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Поворот на месте махом назад к наружи		
Цель	Совершенствование техники выполнения способов поворота на лыжах		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить технику выполнения поворота на месте махом назад к наружиКоррекционно-развивающие: развивать координацию движений, выносливостьКоррекционно- воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручки, доброжелательного отношения друг к другу		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение поворота на месте махом назад к наружи на лыжах.	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Выполняют поворот на месте махом назад к наружи на лыжах.	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Выполняют поворот на месте махом назад к наружи на лыжах.
3. Включение изученного в систему знаний	Преодоление дистанции на лыжах изученными способами передвижения	Передвигаются на лыжах до 1,5 км	Передвигаются на лыжах до 2 км

5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по способам поворотов на лыжах	Отвечают на 1-2 вопроса теста	Проходят тестирование
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 40

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	9		
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Прохождение отрезков до100 м		
Цель	Совершенствование техники передвижения на лыжах		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить технику выполнения поворота на месте махом назад к наружи, закрепить способы передвижения на лыжахКоррекционно- развивающие: развивать координацию движений, выносливостьКоррекционно-воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручки, доброжелательного отношения друг к другу		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение поворота на месте махом назад к наружи на лыжах.	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Выполняют поворот на месте махом назад к наружи на лыжах.	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Выполняют поворот на месте махом назад к наружи на лыжах.
3. Включение изученного в систему знаний	Преодоление дистанции на лыжах изученными способами передвижения	Передвигаются на лыжах до 1,5 км	Передвигаются на лыжах до 2 км
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по способам передвижения на лыжах	Отвечают на 1-2 вопроса теста	Проходят тестирование
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 41

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	9
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Спуск в средней и высокой стойке со склона, подъем «лесенкой», «ёлочкой» с соблюдением техники безопасности
Цель	Совершенствование техники спусков со склона, подъёмов на лыжах

Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить технику подъёма и спусков со склона, закрепить способы передвижения на лыжахКоррекционно- развивающие: развивать координацию движений, выносливостьКоррекционно- воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручки, доброжелательного отношения друг к другу		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Слушают инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Проводят инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона
3. Включение изученного в систему знаний	Сохранение равновесия при спуске со склона в высокой стойке, демонстрирование изученной техники подъема.Преодоление бугров и впадин на лыжах	Выполняют подъем ступающим шагом, «ёлочкой», спуск с в высокой стойке.Осваивают технику преодоления бугров и впадин на лыжах (по возможности)	Выполняют подъем «лесенкой», «ёлочкой», спуск в средней и высокой стойке.Преодолевают бугры и впадины на лыжах
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона	Отвечают на 1-2 вопроса теста	Проходят тестирование
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 42

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	9		
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Спуск в средней и высокой стойке со склона, подъем «лесенкой», «ёлочкой» с соблюдением техники безопасности		
Цель	Совершенствование техники спусков со склона, подъёмов на лыжах		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить технику подъёма и спусков со склона, закрепить способы передвижения на лыжахКоррекционно- развивающие: развивать координацию движений, выносливостьКоррекционно- воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручки, доброжелательного отношения друг к другу		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Слушают инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Проводят инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона
3. Включение изученного в систему знаний	Сохранение равновесия при спуске со склона в высокой стойке, демонстрирование	Выполняют подъем ступающим шагом, «ёлочкой», спуск с в высокой стойке.Осваивают технику преодоления	Выполняют подъем «лесенкой», «ёлочкой», спуск в средней и высокой

	изученной техники подъема.Преодоление бугров и впадин на лыжах	бугров и впадин на лыжах (по возможности)	стойке.Преодолевают бугры и впадины на лыжах
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона	Отвечают на 1-2 вопроса теста	Проходят тестирование
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 43

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	9
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Поворот на параллельных лыжах при спуске на лыжне
Цель	Совершенствование техники спусков со склона, подъёмов на лыжах
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить технику поворота на параллельных лыжах со склона, закрепить способы передвижения на лыжахКоррекционно- развивающие: развивать координацию движений, ловкостьКоррекционно- воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручки, доброжелательного отношения друг к другу
Этапы урока	Содержание деятельности

	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Слушают инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Проводят инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение поворота на лыжах.Выполнение лыжных эстафет по кругу	Передвигаются по кругу 100-150 м (девочки-1 раз, мальчики- 2 раза).Выполняют повороты переступанием на месте	Участвуют в эстафетах на лыжах.Выполняют повороты переступанием в движении
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона	Отвечают на 1-2 вопроса теста	Проходят тестирование
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 44

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	9

Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Поворот на параллельных лыжах при спуске на лыжне		
Цель	Совершенствование техники спусков со склона, подъёмов на лыжах		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить технику поворота на параллельных лыжах со склона, закрепить способы передвижения на лыжахКоррекционно- развивающие: развивать координацию движений, ловкостьКоррекционно- воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручки, доброжелательного отношения друг к другу		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Слушают инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Проводят инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение поворота на лыжах.Выполнение лыжных эстафет по кругу	Передвигаются по кругу 100-150 м (девочки-1 раз, мальчики- 2 раза).Выполняют повороты переступанием на месте	Участвуют в эстафетах на лыжах.Выполняют повороты переступанием в движении

5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона	Отвечают на 1-2 вопроса теста	Проходят тестирование
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 45

Предмет	Адаптивная физическая культура	
Класс	9	
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь	
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)	
Тема	Прохождение дистанции 3-4 км по слабо-пересеченной местности	
Цель	Совершенствование техники изученных способов передвижения на лыжах при прохождении лыжной дистанции	
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить изученные способы передвижения на лыжахКоррекционно- развивающие: развивать координацию движений, выносливостьКоррекционно- воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручки, доброжелательного отношения друг к другу	
Этапы урока	Содержание деятельности	
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся

		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Инструктаж по технике безопасности	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Слушают инструктаж по техники безопасности во время передвижения по учебному кругу	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Слушают инструктаж по техники безопасности во время передвижения по учебному кругу
3. Включение изученного в систему знаний	Прохождение дистанции 3-4 км по слабо-пересеченной местности	Проходят на лыжах дистанцию 1-3 км по среднепересеченной местности	Проходят на лыжах дистанцию 3-4 км по среднепересеченной местности
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по способам передвижения на лыжах	Отвечают на 2-3 вопроса теста	Проходят тестирование
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 46

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	9
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Прохождение дистанции 3-4 км по слабо-пересеченной местности

Цель	Совершенствование техники изученных способов передвижения на лыжах при прохождении лыжной дистанции		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить изученные способы передвижения на лыжахКоррекционно- развивающие: развивать координацию движений, выносливостьКоррекционно- воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручки, доброжелательного отношения друг к другу		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Инструктаж по технике безопасности	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Слушают инструктаж по техники безопасности во время передвижения по учебному кругу	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Слушают инструктаж по техники безопасности во время передвижения по учебному кругу
3. Включение изученного в систему знаний	Прохождение дистанции 3-4 км по слабо-пересеченной местности	Проходят на лыжах дистанцию 1-3 км по среднепересеченной местности	Проходят на лыжах дистанцию 3-4 км по среднепересеченной местности
5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по способам передвижения на лыжах	Отвечают на 2-3 вопроса теста	Проходят тестирование
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 47

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	9		
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Прохождение дистанции 2 км на время		
Цель	Совершенствование техники изученных способов передвижения на лыжах при прохождении лыжной дистанции		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить изученные способы передвижения на лыжахКоррекционно- развивающие: развивать координацию движений, выносливостьКоррекционно- воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручки, доброжелательного отношения друг к другу		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Беседа о правилах поведения соревнований на лыжах	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Слушают правила проведения соревнований по лыжным гонкам, отвечают на вопросы учителя	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Участвуют в беседе по правилам проведения лыжных соревнований
3. Включение изученного в систему знаний	Прохождение дистанции на лыжах за урок	Проходят дистанцию без учета времени 1-2 км	Проходят дистанцию 2 км на время

5. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по правилам соревнований	Отвечают на 2-3 вопроса теста	Проходят тестирование
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 48

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	9		
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Прохождение дистанции 2 км на время		
Цель	Совершенствование техники изученных способов передвижения на лыжах при прохождении лыжной дистанции		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить изученные способы передвижения на лыжахКоррекционно- развивающие: развивать координацию движений, выносливостьКоррекционно- воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручки, доброжелательного отношения друг к другу		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Беседа о правилах поведения соревнований на лыжах	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Слушают правила проведения соревнований по лыжным гонкам, отвечают на вопросы учителя	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Участвуют в беседе по правилам проведения лыжных соревнований
3. Включение изученного в систему знаний	Прохождение дистанции на лыжах за урок	Проходят дистанцию без учета времени 1-2 км	Проходят дистанцию 2 км на время
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по правилам соревнований	Отвечают на 2-3 вопроса теста	Проходят тестирование
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 49

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	9
Материально-техническое обеспечение	Ракетки, мячи для настольного тенниса
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Отбивание мяча то одной, то другой стороной ракетки.Удары по мячу ракеткой на высоту 40-60 см – стоя и в движении вперед шагом с перемещением в сторону.Удар толчком справа, слева

Цель	Совершенствование навыка владения мячом в настольном теннисе		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить технику отбивания мяча ракеткой, повторить удары по мячу ракеткой стоя и в движенииКоррекционно- развивающие: развивать точность движений, ловкостиКоррекционно- воспитательные: воспитывать устойчивый интерес к занятиям спортивными играми		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего	Демонстрируют выполнение домашнего задания	Демонстрируют выполнение домашнего задания
3. Включение изученного в систему знаний	Жонглирование теннисным мячом, выполнение отбивания мяча стороной ракетки, передвижение, выполнение ударов со стандартных положений	Выполняют ходьбу в колонне по одному. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Дифференцируют разновидности ударов с помощью учителя	Выполняют ходьбу в колонне по одному. Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Дифференцируют разновидности ударов
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: сгибание и разгибание рук, в упоре лежа на бедрах не отрывая коленей от пола. - 2х 20 (м) 2х 15(д)	Выполняют двигательное упражнение 8 (м) ,5 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 50

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	9		
Материально-техническое обеспечение	Ракетки, мячи для настольного тенниса		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Совершенствование ранее изученной техники стойки теннисиста, короткой и длинной подачи мяча		
Цель	Формирование мотивации к здоровому образу жизни		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить стойку теннисиста, повторить элементы техники владения мячом и ракеткой, совершенствовать навыки владения мячом в учебной игре.Коррекционно- развивающие: развивать точность движений, ловкостиКоррекционно- воспитательные: воспитывать устойчивый интерес к занятиям спортивными играми		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение отбивания мяча ракеткой	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют ходьбу в колонне по одному.Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений.Осваивают отбивание мяча	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют ходьбу в колонне по одному.Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений.Выполняют отбивание мяча

3. Включение изученного в систему знаний	Одиночная игра	Играют в одиночную учебную игру	Играют в одиночную учебную игру
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: сгибание и разгибание рук, в упоре лежа на бедрах не отрывая коленей от пола. - 2х 20 (м) 2х 15(д)	Выполняют двигательное упражнение 8 (м) ,5 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 51

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	9
Материально-техническое обеспечение	Ракетки, мячи для настольного тенниса
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Техника отбивания мяча над столом, за ним и дальше от него. Упрощенные правила игры
Цель	Формирование мотивации к здоровому образу жизни
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить стойку теннисиста, повторить элементы техники владения мячом и ракеткой, совершенствовать навыки владения мячом в учебной игре.Коррекционно- развивающие: развивать точность движений, ловкостиКоррекционно- воспитательные: воспитывать устойчивый интерес к занятиям спортивными играми
Этапы урока	Содержание деятельности

	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение отбивания мяча ракеткой	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют ходьбу в колонне по одному.Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений.Осваивают отбивание мяча	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют ходьбу в колонне по одному.Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений.Выполняют отбивание мяча
3. Включение изученного в систему знаний	Одиночная игра	Играют в одиночную учебную игру	Играют в одиночную учебную игру
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: сгибание и разгибание рук, в упоре лежа на бедрах не отрывая коленей от пола. - 2х 20 (м) 2х 15(д)	Выполняют двигательное упражнение 8 (м) ,5 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 52

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	9

Материально-техническое обеспечение	Ракетки, мячи для настольного тенниса		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Парная учебная игра в настольный теннис		
Цель	Формирование мотивации к здоровому образу жизни		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить стойку теннисиста, повторить элементы техники владения мячом и ракеткой, совершенствовать навыки владения мячом в учебной игреКоррекционно- развивающие: развивать точность движений, ловкостиКоррекционно- воспитательные: воспитывать устойчивый интерес к занятиям спортивными играми		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение отбивания мяча ракеткой	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют ходьбу в колонне по одному.Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Демонстрируют элементы техники приема мяча после подачи	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют ходьбу в колонне по одному.Выполняют комплекс общеразвивающих упражнений
3. Включение изученного в систему знаний	Учебная игра в настольный теннис	Играют в одиночную учебную игру	Демонстрируют элементы технике в парной игре

4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: сгибание и разгибание рук, в упоре лежа на бедрах не отрывая коленей от пола. - 2х 20 (м) 2х 15(д)	Выполняют двигательное упражнение 8 (м) ,5 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 53

Предмет	Адаптивная физическая культура	
Класс	9	
Материально-техническое обеспечение	Волейбольные мячи	
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)	
Тема	Верхняя прямая подача	
Цель	Формирование мотивации к здоровому образу жизни	
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить стойку волейболиста, совершенствовать верхнюю прямую подачуКоррекционно-развивающие: развивать точность движений, ловкостиКоррекционно- воспитательные: воспитывать устойчивый интерес к занятиям спортивными играми	
Этапы урока	Содержание деятельности	
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся

		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение общей разминки	Демонстрируют выполнение домашнего задания.· Выполняют бег по прямой и с изменением направления;· упражнения для кистей рук, плечевого пояса, туловища, нижних конечностей	Демонстрируют выполнение домашнего задания.· Выполняют бег по прямой и с изменением направления;· упражнения для кистей рук, плечевого пояса, туловища, нижних конечностей
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение упражнений с набивными мячами.Выполнение верхней прямой подачи	Выполняют упражнения с набивными мячами. Выполняют нижнюю подачу	Выполняют упражнения с набивными мячами. Выполняют верхнюю прямую подачу
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить приседания 2х 10-12(д)- 2х 15-20(ю)- раз	Выполняют упражнения 5-7 раз	Выполняют упражнения 10-12 раз
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 54

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	9

Материально-техническое обеспечение	Волейбольные мячи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Прямой нападающий удар через сетку с шагом. Блокирование нападающих ударов		
Цель	Формирование мотивации к здоровому образу жизни		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить стойку волейболиста, повторить верхнюю прямую подачу, закрепить прямой нападающий ударКоррекционно- развивающие: развивать точность движений, ловкостиКоррекционно- воспитательные: воспитывать устойчивый интерес к занятиям спортивными играми		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение общей разминки	Демонстрируют выполнение домашнего задания.· Выполняют бег по прямой и с изменением направления;· упражнения для кистей рук, плечевого пояса, туловища, нижних конечностей	Демонстрируют выполнение домашнего задания.· Выполняют бег по прямой и с изменением направления;· упражнения для кистей рук, плечевого пояса, туловища, нижних конечностей
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение упражнений с набивными мячами.Выполнение верхней прямой подачиВыполнение прямого	Выполняют упражнения с набивными мячами. Выполняют нижнюю подачу.После показа учителя выполняют нападающий удар, блокируют мяч с помощью учителя	Выполняют упражнения с набивными мячами. Выполняют верхнюю прямую подачу.После показа учителя выполняют нападающий удар.Выполняют блокирование нападающих ударов

	нападающего удара через сетку, блокирование		
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить приседания 2х 10-12(д)- 2х 15-20(ю)- раз	Выполняют упражнения 5-7 раз	Выполняют упражнения 2х 10-12(д)- 2х 15-20(ю)- раз
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 55

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	9
Материально-техническое обеспечение	Волейбольные мячи
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Передача мяча в зонах
Цель	Формирование мотивации к здоровому образу жизни
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить стойку волейболиста, повторить верхнюю прямую подачу, закрепить прямой нападающий удар, совершенствовать передачу в зонахКоррекционно- развивающие: развивать точность движений, ловкостиКоррекционно-воспитательные: воспитывать устойчивый интерес к занятиям спортивными играми
Этапы урока	Содержание деятельности

	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение общей разминки	Демонстрируют выполнение домашнего задания.· Выполняют бег по прямой и с изменением направления;· упражнения для кистей рук, плечевого пояса, туловища, нижних конечностей	Демонстрируют выполнение домашнего задания.· Выполняют бег по прямой и с изменением направления;· упражнения для кистей рук, плечевого пояса, туловища, нижних конечностей
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение прыжков вверх на месте, у сетки.Выполнение передачи мяча в 6,3,4; 5,3,4 зонах	Прыгают вверх с места и с шага, у сетки (2-3 серии по 3-5 раз).Передают мяч в 6,3,4; 5,3,4 зонах	Прыгают вверх с места и с шага, у сетки (3-6 серий по 5-10 раз).Передают мяч в 6,3,4; 5,3,4 зонах
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить приседания 2х 10-12(д)- 2х 15-20(ю)- раз	Выполняют упражнения 5-7 раз	Выполняют упражнения 2х 10-12(д)- 2х 15-20(ю)- раз
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 56

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	9

Материально-техническое обеспечение	Волейбольные мячи		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Переход по площадке после потери мяча. Учебная игра в волейбол		
Цель	Формирование мотивации к здоровому образу жизни		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить верхнюю прямую подачу, закрепить прямой нападающий удар, совершенствовать передачу в зонах, правила перехода игроков после потери мячаКоррекционно- развивающие: развивать точность движений, ловкостиКоррекционно-воспитательные: воспитывать устойчивый интерес к занятиям спортивными играми		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение общей разминки	Демонстрируют выполнение домашнего задания.· Выполняют бег по прямой и с изменением направления;· упражнения для кистей рук, плечевого пояса, туловища, нижних конечностей	Демонстрируют выполнение домашнего задания.· Выполняют бег по прямой и с изменением направления;· упражнения для кистей рук, плечевого пояса, туловища, нижних конечностей
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение прыжков вверх на месте, у сетки.Выполнение передачи мяча в 6,3,4; 5,3,4 зонах.Знание правил перехода по площадке.Выполнение	Прыгают вверх с места и с шага, у сетки (2-3 серии по 3-5 раз).Передают мяч в 6,3,4; 5,3,4 зонах.Выполняют переход по площадке, играют в учебную игру с помощью учителя	Прыгают вверх с места и с шага, у сетки (3-6 серий по 5-10 раз).Передают мяч в 6,3,4; 5,3,4 зонах.Выполняют переход по площадке, играют в учебную игру

	игровых действий, соблюдая правила игры		
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить приседания 2х 10-12(д)- 2х 15-20(ю)- раз	Выполняют упражнения 5-7 раз	Выполняют упражнения 2х 10-12(д)- 2х 15-20(ю)- раз
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 57

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	9
Материально-техническое обеспечение	Секундомер, скакалки, мячи для метания
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Бег на 60 м
Цель	Повышение физической выносливости
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику бега на короткой дистанции, технику метания различных мягких предметов.Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений, укреплять мышцы ног.Коррекционно- воспитательные: формировать положительное отношение к регулярной физической активности

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Объяснение техники бега на короткую дистанцию	Демонстрируют технику выполнения упражнения.Слушают объяснение	Выполняют домашнее задание.Слушают объяснение
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение повторного бега из исходного положения низкого старта.Перепрыгивание с одной ноги на другую, выполнение прыжков на двух ногах через вращающуюся скакалку вперед, назад с промежуточным подскоком до 15-20 секунд.Выполнение метания различных предметов из мягких материалов весом 100-150 г на дальность	Выполняют бег на 60 м -2 раза за урок.Выполняют прыжки через скакалку на месте в равномерном темпе 1 мин. Метают различные предметы из мягких материалов весом 100-150 г в цель	Выполняют бег на 60 м -4 раза за урок.Выполняют прыжки через скакалку на месте в равномерном темпе до 2 мин.Метают различные предметы из мягких материалов весом 100-150 г в цель
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторить положения низкого старта	Выполняют упражнение	Выполняют упражнение
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Круг успеха»

Урок 58

Предмет	Адаптивная физическая культура

Класс	9		
Материально-техническое обеспечение	Секундомер, мячи для метания		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Бег на средние дистанции (800 м)		
Цель	Повышение физической выносливости		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать техники бега на среднюю дистанцию, специально- беговых упражнений, метание мячей в цель.Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений, укреплять мышцы ног.Коррекционно- воспитательные: формировать положительное отношение к регулярной физической активности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение специально- беговых упражнений.Выполнение многоскоков с мягким приземлением на две ноги	Демонстрируют технику выполнения упражнения.Выполняют специальные беговые упражнения на меньшей дистанции.Выполняют прыжки в шаге с приземлением на обе ноги до 10 м	Выполняют домашнее задание.Выполняют специальные беговые упражнения на меньшей дистанции.Выполняют прыжки в шаге с приземлением на обе ноги до 15 м

3. Включение изученного в систему знаний	Объяснение техники бега на среднюю дистанцию.Выполнение бега на средней дистанции.Выполнение метания нескольких мячей в различные цели из различных исходных положений	Слушают объяснение.Бегут кросс на дистанцию 300 м.Метают несколько мячей в различные цели из различных исходных положений	Слушают объяснение.Бегут кросс на дистанцию 500 м.Метают несколько мячей в различные цели из различных исходных положений
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выпрыгивание вверх из приседа 8-10 раз	Выполняют приседание 5-6 раз	Выполняют упражнение 8-10 раз
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Круг успеха»

Урок 59

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	9
Материально-техническое обеспечение	Секундомер, набивные мячи, эстафетные палочки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Специальные упражнения в длину
Цель	Развитие скоростно-силовой выносливости
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику выполнения специально- беговых упражнений, технику передачи эстафеты, технику толкания набивного мяча.Коррекционно- развивающие: улучшить координацию и навыки быстрого принятия

	решений.Коррекционно- воспитательные: формировать положительное отношение к здоровому образу жизни и проявлять заботу о своём здоровье		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение специально-беговых упражнений.Выполнение многоскоков с мягким приземлением на две ноги	Отвечают на вопросы: «Хотелось ли Вам ещё раз пройтись по дистанции?», «Улучшилось ли ваше самочувствие после прогулки?».Выполняют специальные беговые упражнения на меньшей дистанции.Выполняют прыжки в шаге с приземлением на обе ноги до 10 м	Сообщают время преодоления дистанции, делятся впечатлениями. Выполняют специально- беговые упражнения.Выполняют прыжки в шаге с приземлением на обе ноги до 15 м
3. Включение изученного в систему знаний	Эстафетный бег 4*100 м Объяснение техники бега с равномерной скоростью.Выполнение толкания набивного мяча весом 3-4кг.Измерение ЧСС	Пробегают эстафету 4*60 м.Толкают набивной мяч весом 2- 3 кг.Измеряют ЧСС с помощью обучающихся 2 группы	Пробегают эстафету 4*100 м.Толкают набивной мяч весом 3- 4 кг.Самостоятельно измеряют ЧСС
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнить приседания 8-10 раз	Выполняют упражнения 5-7 раз	Выполняют упражнения 8-10 раз
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Круг успеха»

Урок 60

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	9		
Материально-техническое обеспечение	Секундомер, набивные мячи, эстафетные палочки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Прыжок в длину с разбега. Бег на скорость до 60 м		
Цель	Развитие скоростно-силовой выносливости		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику выполнения специально- беговых упражнений, повторить технику бега на дистанции 60 мКоррекционно- развивающие: улучшить координацию и навыки быстрого принятия решений.Коррекционно-воспитательные: формировать положительное отношение к здоровому образу жизни и проявлять заботу о своём здоровье		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение специально-беговых упражнений.Выполнение	Отвечают на вопросы: «Хотелось ли Вам ещё раз пройтись по дистанции?», «Улучшилось ли ваше самочувствие после прогулки?».Выполняют	Сообщают время преодоления дистанции, делятся впечатлениями. Выполняют специально- беговые

	многоскоков с мягким приземлением на две ноги	специальные беговые упражнения на меньшей дистанции.Выполняют прыжки в шаге с приземлением на обе ноги до 10 м	упражнения.Выполняют прыжки в шаге с приземлением на обе ноги до 15 м
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение упражнений в подборе разбега для прыжков в длину.Ускорение на отрезке 60 м	Выполняют прыжки в длину с небольшого разбега меньшее количество раз.Выполняют бег на скорость 60 м с низкого старта 2 раза	Выполняют прыжки в длину с разбега.Выполняют бег на скорость 60 м с низкого старта 4- раза
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнить приседания 8-10 раз	Выполняют упражнения 5-7 раз	Выполняют упражнения 8-10 раз
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Круг успеха»

Урок 61

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	9
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, мячи для метания, секундомер
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Эстафетный бег (4 * 100 м)
Цель	**Совершенствование техники передачи эстафетной палочки**
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику эстафетного бега, повторить технику беговых упражнений, закрепить технику метания мяча.Коррекционно- развивающие: развивать **способность чувствовать темп бега**Коррекционно-

	воспитательные: формировать интерес к занятиям физической культурой, чувства ответственности, дисциплинированности, организованности и самостоятельности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение беговых упражнений	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют специально-беговые упражнения	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют специально-беговые упражнения.
3. Включение изученного в систему знаний	Освоение техники передачи эстафетной палочки.Выполнение эстафетного бега	Выполняют эстафетный бег с этапами до 80 м	Пробегают эстафету (4 * 100 м)
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: сгибание и разгибание рук в упоре стоя. - 2х17 (м) 2х14 (д)	Выполняют двигательное упражнение 6 (м) ,4 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 62

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	9

Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, мячи для тенниса		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Метание теннисного мяча на дальность с полного разбега по коридору 10 м		
Цель	Совершенствование техники метания теннисного мяча на дальность		
Задачи	Коррекционно- образовательные: **повторять технику выполнения метания мяча на дальность,** закреплять технику выполнения бега на короткую дистанциюКоррекционно- развивающие: развивать мелкую моторику рук, координацию движенийКоррекционно-воспитательные: формировать честность, доброжелательное отношение к товарищам		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно- пространственные опоры
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение построений в шеренгу и перестроение в колонну	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют перестроения ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют перестроения по указанию учителя
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение бега на дистанции 40 м (3-6 раза) за урок, на 60м – 3 раза.Выполнение упражнений в подборе разбега для прыжков в	Выполнение бега на дистанции 40 м (2-4 раза) за урок, на 60м – 1 раз.Выполняют прыжок в длину с 3-5 шагов	Выполнение бега на дистанции 40 м (3-6 раза) за урок, на 60м – 3 раза.Выполняют прыжок в длину с полного разбега.

	длину.Метание теннисного мяча на дальность с полного разбега по коридору 10 м	разбега.Выполняют метание малого мяча на дальность с места (коридор 10 м)	Выполняют метание малого мяча на дальность с полного разбега (коридор 10 м)
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выполнить 3-4 упражнений для укрепления мышц туловища	Выполняют 1-2 упражнения для укрепления мышц туловища	Выполняют 3-4 упражнения для укрепления мышц туловища
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты

Урок 63

Предмет	Адаптивная физическая культура	
Класс	9	
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры	
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)	
Тема	Прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание»	
Цель	**Совершенствование техники прыжка в высоту**	
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику выполнения прыжка, повторить беговые упражнения, закреплять навык метания мяча одной рукой через плечо.Коррекционно- развивающие: развивать прыгучесть, координацию движений.Коррекционно-воспитательные: воспитывать целеустремленность, уверенность в своих силах	
Этапы урока	Содержание деятельности	
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся

		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение специальных прыжковых упражнений на прыжки в высоту	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют специальные прыжковые упражнения на прыжки в высоту	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют специальные прыжковые упражнения на прыжки в высоту
3. Включение изученного в систему знаний	Демонстрирование техники выполнения прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание»	Выполняют прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание» меньшее количество раз	Выполняют прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание»
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: сгибание и разгибание рук в упоре стоя. - 2х17 (м) 2х14 (д)	Выполняют двигательное упражнение 6 (м) ,4 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Учащиеся оценивают вклад друг друга в урок и благодарят друг друга за проведённый урок, за труд	Учащиеся оценивают вклад друг друга в урок и благодарят друг друга за проведённый урок, за труд

Урок 64

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	9
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)

Тема	Прыжок в длину с места		
Цель	**Совершенствование техники прыжка в длину с места**		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику выполнения прыжка, повторить беговые упражнения, закреплять навык метания мяча одной рукой через плечо.Коррекционно- развивающие: развивать прыгучесть, координацию движений.Коррекционно-воспитательные: воспитывать целеустремленность, уверенность в своих силах		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение специальных прыжковых упражнений	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют специальные прыжковые упражнения	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют специальные прыжковые упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	Демонстрирование техники прыжка с места: сильно отталкиваясь и мягко приземляясь	Выполняют прыжок в длину с места меньшее количество раз	Выполняют прыжок в длину с места
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: сгибание и разгибание рук в упоре стоя. - 2х17 (м) 2х14 (д)	Выполняют двигательное упражнение 6 (м) ,4 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Учащиеся оценивают вклад друг друга в урок и благодарят друг друга за проведённый урок, за труд	Учащиеся оценивают вклад друг друга в урок и благодарят друг друга за проведённый урок, за труд

Урок 65

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	9		
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, набивной мяч весом 1 кг, секундомер		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Метание набивного мяча (3 кг) двумя руками из положения стоя снизу вперед-вверх, снизу через голову назад, от груди, стоя и сидя по одному и партнеру		
Цель	Развитие двигательных качеств		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику метания набивного мяча, повторить беговые упражнения, закрепить технику бега на короткой дистанции.Коррекционно- развивающие: развивать двигательные качества: ловкость, быстроту, силу.Коррекционно- воспитательные: формировать интерес к занятиям физической культурой, чувства ответственности, дисциплинированности, организованности и самостоятельности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания.Выполнение беговых упражнений	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют специально-беговые упражнения	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют специально-беговые упражнения

3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение бега на 100 м.Метания набивного мяча, согласовывая движения рук и туловища.Выполнение прыжка в длину (с разбега согнув ноги)	Выполняют бег на 100 м-1 раз. Бросают набивной мяч из различных исходных положений (весом 1-2 кг).Выполняют прыжок в длину (с разбега согнув ноги)	Выполняют бег на 100 м-1 раз. Бросают набивной мяч из различных исходных положений (весом 2-3 кг).Выполняют прыжок в длину (с разбега согнув ноги) на основе подбора индивидуального разбега
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: сгибание и разгибание рук в упоре стоя. - 2х17 (м) 2х14 (д)	Выполняют двигательное упражнение 6 (м) ,4 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 66

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	9
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, набивной мяч весом 1 кг, секундомер
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Метание набивного мяча (3 кг) двумя руками из положения стоя снизу вперед-вверх, снизу через голову назад, от груди, стоя и сидя по одному и партнеру
Цель	Развитие двигательных качеств
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику метания набивного мяча, повторить беговые упражнения, закрепить технику бега на короткой дистанции.Коррекционно- развивающие: развивать двигательные качества — ловкость, быстроту,

	силу.Коррекционно- воспитательные: формировать интерес к занятиям физической культурой, чувства ответственности, дисциплинированности, организованности и самостоятельности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания.Выполнение беговых упражнений	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют специально-беговые упражнения	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют специально-беговые упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение бега на 100 м.Метания набивного мяча, согласовывая движения рук и туловища.Выполнение прыжка в длину (с разбега согнув ноги)	Выполняют бег на 100 м-1 раз. Бросают набивной мяч из различных исходных положений (весом 1-2 кг).Выполняют прыжок в длину (с разбега согнув ноги)	Выполняют бег на 100 м-1 раз. Бросают набивной мяч из различных исходных положений (весом 2-3 кг).Выполняют прыжок в длину (с разбега согнув ноги) на основе подбора индивидуального разбега
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: сгибание и разгибание рук в упоре стоя. - 2х17 (м) 2х14 (д)	Выполняют двигательное упражнение 6 (м) ,4 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 67

Предмет	Адаптивная физическая культура

Класс	9		
Материально-техническое обеспечение	Эстафетные палочки, секундомер		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Медленный бег 10-12 мин		
Цель	Развитие выносливости и улучшение общей физической подготовки обучающихся		
Задачи	Коррекционно- образовательные: учить обучающихся поддерживать стабильный и комфортный темп на протяжении всего времени бега, правильно дышать во время бегаКоррекционно- развивающие: улучшать координацию движений, ритм, необходимое для плавного поддержания заданного темпа.Коррекционно- воспитательные: формировать положительное отношение к здоровому образу жизни		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение специально- беговых упражнений.Объяснение техники выполнения эстафетного бега	Показывают схему маршрута. Выполняют специально- беговые упражнения (по возможности).Слушают объяснение	Показывают составленную схему маршрута.Выполняют специально-беговые упражнения.Слушают объяснение, задают вопросы
3. Включение изученного в систему знаний	Эстафетный бег 4*100 м.Объяснение техники бега с равномерной скоростью.Медленный бег	Пробегают эстафету 4*60 м.Выполняют медленный бег в равномерном темпе до 3-5	Пробегают эстафету 4*100 м.Выполняют медленный бег в равномерном темпе до

	с равномерной скоростью от 6 до 10 минут Измерение ЧСС	минут.Измеряют ЧСС с помощью обучающихся 2 группы	6-10 минут.Самостоятельно измеряют ЧСС
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: сгибание и разгибание рук в упоре стоя. - 2х17 (м) 2х14 (д)	Выполняют двигательное упражнение 6 (м) ,4 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 68

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	9
Материально-техническое обеспечение	Эстафетные палочки, секундомер
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Медленный бег 10-12 мин
Цель	Развитие выносливости и улучшение общей физической подготовки обучающихся
Задачи	Коррекционно- образовательные: учить обучающихся поддерживать стабильный и комфортный темп на протяжении всего времени бега, правильно дышать во время бегаКоррекционно- развивающие: улучшать координацию движений, ритм, необходимое для плавного поддержания заданного темпа.Коррекционно- воспитательные: формировать положительное отношение к здоровому образу жизни
Этапы урока	Содержание деятельности

	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение специально- беговых упражнений.Объяснение техники выполнения эстафетного бега	Показывают схему маршрута. Выполняют специально- беговые упражнения (по возможности). Слушают объяснение	Показывают составленную схему маршрута.Выполняют специально-беговые упражнения.Слушают объяснение, задают вопросы
3. Включение изученного в систему знаний	Эстафетный бег 4*100 м.Объяснение техники бега с равномерной скоростью.Медленный бег с равномерной скоростью от 6 до 10 минут Измерение ЧСС	Пробегают эстафету 4*60 м.Выполняют медленный бег в равномерном темпе до 3-5 минут.Измеряют ЧСС с помощью обучающихся 2 группы	Пробегают эстафету 4*100 м.Выполняют медленный бег в равномерном темпе до 6-10 минут.Самостоятельно измеряют ЧСС
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: сгибание и разгибание рук в упоре стоя. - 2х17 (м) 2х14 (д)	Выполняют двигательное упражнение 6 (м) ,4 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»