**Краевое государственное казенное общеобразовательное учреждение, реализующее адаптированные основные общеобразовательные программы «Школа-интернат №5»**

РАССМОТРЕНО: УТВЕРЖДАЮ:

Руководитель МО Директор КГКОУ ШИ учителей-предметников

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_О.К. Бридня \_\_\_\_\_\_\_\_С.М. Налескина

«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_ 2021 г. «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_2021г.

СОГЛАСОВАНО:

Зам. директора по УВР

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Г.А. Соколова

«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2021г.

**Программа по учебному предмету**

**«Физическая культура» составлена на основе примерной адаптированной основной образовательной программы,**

**согласованно с требованиями ФГОС**

**за курс 1а класса**

Составитель программы:

учитель начальных классов

Кузнецова Ирина Валерьевна

Содержание программы:

1. Перечень нормативных документов
2. Пояснительная записка
3. Описание места учебного предмета в учебном плане
4. Содержание учебного предмета
5. Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета
6. Система оценки достижения планируемых результатов
7. Календарно-тематический план

2021 г.

Уровень программы - адаптированный.

Адаптированная рабочая программа составлена на основе проекта Федерального Государственного Образовательного стандарта для умственно отсталых детей, проекта примерной основной образовательной программы для умственно отсталых детей, и частично реализует авторскую программу под редакцией В.В.Воронковой.

**1. Перечень нормативных документов**

1. Проект федерального государственного образовательного стандарта для умственно отсталых детей.

2. Проект примерной адаптированной основной образовательной программа для умственно отсталых.

3. Программа специальных (коррекционных) образовательных учреждений V вида Подготовительный, 1-4классы: / Под ред. В. В. Воронковой. – М.: «Просвещение», 2013 г.

**2. Пояснительная записка**

Физическая культура в специальном (коррекционном) образовательном учреждение VIII вида является составной частью всей системы работы с обучающимися с нарушением интеллекта.

Физическое воспитание рассматривается и реализуется комплексно, и находится в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим, трудовым обучением.

Разнородность состава учащихся начального звена по психическим, двигательным и физическим данным выдвигает ряд конкретных задач физического воспитания:

- коррекция и компенсация нарушений физического развития;

- развитие двигательных возможностей в процессе обучения;

- формирование, развитие и совершенствование двигательных умений и навыков;

- развитие у учащихся основных физических качеств, привитие устойчивого отношения к занятиям по физкультуре;

- укрепление здоровья, содействие нормальному физическому развитию.

Система физического воспитания, объединяющая все формы занятий физическими упражнениями, должна способствовать социализации ученика в обществе, формированию духовных способностей ребенка. В связи с этим в основе обучения физическим упражнениям должны просматриваться следующие принципы:

- индивидуализация и дифференциация процесса обучения;

- коррекционная направленность обучения;

- оптимистическая перспектива;

- комплексность обучения на основе прогрессивных психолого-педагогических и психолого-физиологических теорий.

Учителю физического воспитания необходимо разбираться в структурах дефекта аномального ребенка; знать причины, вызвавшие нарушение интеллекта; уровень развития двигательных возможностей; характер двигательных нарушений.

Содержание программного материала уроков состоит из базовых основ физической культуры и большого количества подготовительных, подводящих и коррекционных упражнений.

В программу включены следующие разделы: знания о физической культуре, физические упражнения, физическая нагрузка и её влияние на повышение частоты сердечных сокращений, коррекционно-развивающие упражнения, физическое совершенствование.

**3. Описание места учебного предмета в учебном плане**

Предмет Физическая культура входит в обязательную часть адаптированной основной образовательной программы для обучающихся с умственной отсталостью. Программа предмета реализуется через урочную деятельность в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормами.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Предмет | Часов в  нед. | I  чет. | II  чет. | I  полуг. | III  чет. | IV  чет. | II  полуг. | Год |
| Физическая культура | 3 | 24 | 24 | 48 | 33 | 24 | 24 | 102 |

**4. Содержание учебного предмета**

Каждый первый урок в четверти начинается разделом «Основы знаний». Освоение легкой атлетики предусмотрено в первой и четвертой четвертях, так как занятия по этому разделу могут проводиться на открытой спортивной площадке, это обеспечивает решение задач по опосредованному закаливанию учащихся. Раздел «Гимнастика» расположен во второй четверти и начале четвертой, а подвижные игры осваиваются в третьей четверти.

В течение учебного года на освоение одного комплекса общеразвивающих упражнений (далее - ОРУ) отводится три урока.

* Коррекционные игры имеют следующую направленность: развитие способности ориентирования в пространстве;
* развитие тактильно-кинестетической способности рук;
* формирование способности вести совместные действия с партнером;
* развитие точности движений, активизация психических процессов: восприятия, внимания, памяти;
* развитие мелкой моторики рук;
* активизация речевой деятельности.

Основное содержание разделов построено с учетом закономерностей формирования двигательных умений и навыков: разучивание, повторение и закрепления техники разучиваемого движения.

Примерной рабочей программой предусмотрены следующие виды работы:

* беседы,
* выполнение физических упражнений,
* тестирование.

При подборе тестов необходимо исходить из задачи комплексной оценки развития двигательных способностей ребенка: силовых, скоростных, координационных, гибкости и общей выносливости. Поэтому, необходимо отдавать предпочтение таким тестам, которые наименее зависимы от сформированности двигательного умения. К тестам, результаты которых наименее зависимы от уровня овладения техникой выполнения можно отнести: кистевую динамометрию (силовые способности), бег с ходу (скоростные или общая выносливость в зависимости от дистанции), наклон вперед из седа (гибкость) и т.д.

**5. Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета**

**Предметные результаты**

Программа определяет два уровня овладения предметными результатами: минимальный и достаточный.

Достаточный уровень овладения предметных результатов не является обязательным для всех обучающихся. Минимальный уровень является обязательным для всех обучающихся с умственной отсталостью.

Минимальный уровень:

знать правила поведения на уроке физического культуры;

знать спортивный инвентарь, тренажерные устройства на уроке физического воспитания;

уметь произвольно преодолевать простые препятствия;

уметь ходить по гимнастической скамейке;

выполнять равномерный бег в режиме умеренной интенсивности;

выполнять прыжковые упражнения с предметом в руках (с продвижением вперёд поочерёдно на правой и левой ноге);

выполнять прыжки в высоту на месте с касанием рукой подвешенных ориентиров;

метать малый мяч в вертикальную цель;

участвовать в подвижных играх;

знать и выполнять комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток.

Достаточный уровень:

знать правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря;

знать и выполнять организующие команды и приёмы;

выполнять упражнения на переключение внимания и контроля с одних звеньев тела на другие, упражнения на расслабление отдельных мышечных групп;

выполнять прыжковые упражнения с предметом в руках (с продвижением вперёд поочерёдно на правой и левой ноге, на месте вверх и вверх с поворотами вправо и влево);

уметь передавать набивной мяча (1 кг) в максимальном темпе, по кругу, из разных исходных положений;

прыжки с продвижением вперёд (правым и левым боком), с доставанием ориентиров, расположенных на разной высоте;

уметь ходить на носках с предметами на голове с заданной осанкой.

**Личностные результаты**

Уважительное отношение к иному мнению.

Овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире.

Развитие адекватных представлений о собственных возможностях.

Овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни.

Овладение навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия.

Принятие и освоение социальной роли обучающегося.

Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях.

Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.

Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

**6. Система оценки достижения планируемых результатов**

Оценка достижений производится путем фиксации фактической способности к выполнению действия или операции, обозначенной в качестве возможного результата личностного ***развития*** по следующей шкале:

0 – не выполняет, помощь не принимает.

1 – выполняет совместно с педагогом при значительной тактильной помощи.

2 – выполняет совместно с педагогом с незначительной тактильной помощью или после частичного выполнения педагогом.

3 – выполняет самостоятельно по подражанию, показу, образцу.

4 – выполняет самостоятельно по словесной пооперациональной инструкции.

5 – выполняет самостоятельно по вербальному заданию.

На основании сравнения показателей текущей и предыдущей оценки экспертная группа делает вывод о динамике развития жизненной компетенции обучающегося с УО за год по каждому показателю по следующей шкале:

0 – отсутствие динамики или регресс.

1 – динамика в освоении минимум одной операции, действия.

2 – минимальная динамика.

3 – средняя динамика.

4 – выраженная динамика.

5 – полное освоение действия.

Оценка достижений ***предметных результатов*** по практической составляющей производится путем фиксации фактической способности к выполнению учебного действия, обозначенного в качестве возможного предметного результата по следующей шкале:

0 – не выполняет, помощь не принимает.

1 – выполняет совместно с педагогом при значительной тактильной помощи.

2 – выполняет совместно с педагогом с незначительной тактильной помощью или после частичного выполнения педагогом.

3 – выполняет самостоятельно по подражанию, показу, образцу.

4 – выполняет самостоятельно по словесной пооперациональной инструкции.

5 – выполняет самостоятельно по вербальному заданию.

Оценка достижений предметных результатов по знаниевой составляющей производится путем фиксации фактической способности к воспроизведению (в т.ч. и невербальному) знания, обозначенного в качестве возможного предметного результата по следующей шкале:

0 – не воспроизводит при максимальном объеме помощи.

1 – воспроизводит по наглядным опорам со значительными ошибками и пробелами.

2 – воспроизводит по наглядным опорам с незначительными ошибками.

3 – воспроизводит по подсказке с незначительными ошибками.

4 – воспроизводит по наглядным опорам или подсказкам без ошибок.

5 – воспроизводит самостоятельно без ошибок по вопросу.

На основании сравнения показателей за четверть текущей и предыдущей оценки учитель делает вывод о динамике усвоения АООП каждым обучающимся с УО по каждому показателю по следующей шкале:

0 – отсутствие динамики или регресс.

1 – динамика в освоении минимум одной операции, действия.

2 – минимальная динамика.

3 – средняя динамика.

4 – выраженная динамика.

5– полное освоение действия

0 – не воспроизводит при максимальном объеме помощи.

1 – воспроизводит по наглядным опорам со значительными ошибками и пробелами.

2 – воспроизводит по наглядным опорам с незначительными ошибками.

3 – воспроизводит по подсказке с незначительными ошибками.

4 – воспроизводит по наглядным опорам или подсказкам без ошибок.

5 – воспроизводит самостоятельно без ошибок по вопросу.

На основании сравнения показателей за четверть текущей и предыдущей оценки

учитель делает вывод о динамике усвоения АООП каждым обучающимся

с УО по каждому показателю по следующей шкале:

0 – отсутствие динамики или регресс.

1 – динамика в освоении минимум одной операции, действия.

2 – минимальная динамика.

3 – средняя динамика.

4 -выраженная динамика.

5 – полное освоение действия.

Планируемые результаты изучения предмета «Физическая культура»

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Контрольные  упражнения | Уровень | | | | |
| высокий | средний | | низкий | высокий |
| Мальчики | | | Девочки | |
| Подтягивание в  висе лежа  согнувшись, кол-во раз. | 11-12 | | 9-10 | 7-8 | 9-10 |
| Прыжок в длину с  места, см | 118-120 | | 115-117 | 105-114 | 116-118 |
| Бег 30 метров | 6,2-5,0 | | 6,7-6,3 | 7,2-7,0 | 6,2-6,0 |
| Бег 1000 метров | Без учета времени | | | | |

Распределение учебного времени на различные виды программного материала 1 класса.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Виды упражнений, время | | | | Всего часов |
| гимнастика | Легкая атлетика | Подвижные игры | Лыжная подготовка, коньки | 102 ч. |
| 20 ч. | 30 ч. | 30 ч. | 22 ч. |

Количество часов

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| I четверть | II четверть | III четверть | IV четверть | Всего часов |
| 24ч. | 24ч. | 33ч. | 24ч. | 102ч. |

Годовой план

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Месяц | Сентябрь | | | | | | | | | | | | Октябрь | | | | | | | | | | | | | Ноябрь | | | | | | | | | | | |
| Уроки | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 32 | 33 | 34 | 35 | 36 |
| Гимнастика | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  |  |
| Легкая атлетика |  |  |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + | | + | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Подвижные игры |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Месяц | Декабрь | | | | | | | | | | | | Январь | | | | | | | | | Февраль | | | | | | | | | | | |
| Уроки | 37 | 38 | 39 | 40 | 41 | 42 | 43 | 44 | 45 | 46 | 47 | 48 | 49 | 50 | 51 | 52 | 53 | 54 | 55 | 56 | 57 | 58 | 59 | 60 | 61 | 62 | 63 | 64 | 65 | 66 | 67 | 68 | 69 |
| Гимнастика |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Легкая атлетика |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Подвижные игры | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Месяц | Март | | | | | | | | | | | | Апрель | | | | | | | | | | | | Май | | | | | | | | | | | |
| Уроки | 70 | 71 | 72 | 73 | 74 | 75 | 76 | 77 | 78 | 79 | 80 | 81 | 82 | 83 | 84 | 85 | 86 | 87 | 88 | 89 | 90 | 91 | 92 | 93 | 94 | 95 | 96 | 97 | 98 | 99 | 100 | 101 | 102 | 103 | 104 | 105 |
| Гимнастика |  |  |  |  | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + | + |
| Легкая атлетика |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Подвижные игры | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |

Перспективное планирование.

1 А класс

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №  урока | Кол-во  часов | Тема | 1А |
| Гимнастика - 20ч. | | |  |
| 1 | 1 | Техника безопасности как вести себя на уроках физической культуры. Упражнения с позами птиц и животных.  ыввввфс,фффиффизическойСроевые упражнения. |  |
| 2 | 1 | Техника безопасности на уроках физкультуры. Построение в одну шеренгу |  |
| 3 | 1 | Общеразвивающие и корригирующие упражнения с предметами. |  |
| 4 | 1 | Переноска грузов и передача предметов. Укрепления мышц туловища. |  |
| 5 | 1 | Укрепление мышц туловища. Выполнения комплекса упражнений для укрепления мышц рук ,ног. |  |
| 6 | 1 | Укрепления мышц туловища рук, ног, |  |
| 7 | 1 | Упражнения для укрепления мышц стопы и голеностопного сустава |  |
| 8 | 1 | Техника безопасности. Лазания по гимнастические скамейки. |  |
| 9 | 1 | Лазания по наклонной гимнастической скамейке |  |
| 10 | 1 | Выполнения упражнений лазания по полу с выполнением задания |  |
| 11 | 1 | Лазания по полу с выполнением задания |  |
| 12 | 1 | Техника безопасности перелазания произвольным способом через маты |  |
| 13 | 1 | Техника безопасности выполнения упражнения в висе на гимнастической стенке сгибания и разгибания ног |  |
| 14 | 1 | Выполнения упражнения на гимнастической стенке сгибания и разгибания ног |  |
| 15 | 1 | Техника безопасности упор на гимнастической стенке в положении стоя, меняя рейки. |  |
| 16 | 1 | Ходьба по гимнастической скамейки с предметами на носках с различными положением рук. |  |
| 17 | 1 | Ходьба по гимнастической скамейки с предметами на носках с различными положением рук. |  |
| 18 | 1 | Ходьба с сохранением правильной осанки на носках, на пятках. |  |
| 19 | 1 | Размыкание на вытянутые руки в колонне, в шеренге. Подвижные игры с мячом. |  |
| 20 | 1 | Повороты по ориентирам. Ходьба по заданным ориентирам в медленном темпе. |  |
| 21 | 1 | Выполнение команд «Встать», «Сесть», «Пошли», «Побежали». |  |
| 22 | 1 | Упражнения на осанку. Подлезание под препятствие. |  |
| 23 | 1 | Упражнения на осанку. Подлезание под препятствие. |  |
| 24 | 1 | Строевые упражнения. Занятие с большими мячами. |  |
| 24 | 1 | Ходьба с высоким подниманием бедра. Выполнение ходьбы по залу с ускорением и замедлением по команде учителя. Выполнения ходьбы на скорость. |  |
| 25 | 1 | Ходьба с высоким подниманием бедра. Выполнение ходьбы по залу с ускорением и замедлением по команде учителя. Выполнения ходьбы на скорость |  |
| 26 | 1 | Ходьба с высоким подниманием бедра. Выполнение ходьбы по залу с ускорением и замедлением по команде учителя. Выполнения ходьбы на скорость |  |
| 27 | 1 | Ходьба в полуприседе с различными положениями рук с гимнастическими предметами. |  |
| 28 | 1 | Ходьба в полуприседе с различными положениями рук с гимнастическими предметами. |  |
| 29 | 1 | Перешагивание через гимнастические предметы. |  |
| 30 | 1 | Перешагивание через гимнастические предметы. |  |
| 31 | 1 | Бег с высоким поднимаем бедра, на месте с продвижением в перед. |  |
| 32 | 1 | Бег с высоким поднимаем бедра, на месте с продвижением в перед. |  |
| 33 | 1 | Бег на носках медленный. Бег с преодолением препятствий. |  |
| 34 | 1 | Бег на носках медленный. Бег с преодолением препятствий. |  |
| 35 | 1 | Прыжки на обеих ногах с продвижением в перед. Прыжки по очередно на правой и левой ноге. |  |
| 36 | 1 | Прыжки на обеих ногах с продвижением в перед. Прыжки по очередно на правой и левой ноге. |  |
| 37 | 1 | Прыжки на обеих ногах с продвижением в перед. Прыжки по очередно на правой и левой ноге. |  |
| 38 | 1 | Спортивный калейдоскоп. Сочетание различных видов ходьбы. Игра «Слушай сигнал».  Комбинированный  Моделировать сочетание различных видов ходьбы.  Осваивать умение использовать положение рук и длину шага во время ходьбы.  Стартовый контроль: бег 30 м.  1 |  |
| 39 | 1 | Спортивный калейдоскоп. Сочетание различных видов ходьбы. Игра «Слушай сигнал».  Комбинированный  Моделировать сочетание различных видов ходьбы.  Осваивать умение использовать положение рук и длину шага во время ходьбы.  Стартовый контроль: бег 30 м. |  |
| 40 | 1 | Развитие скоростно-силовых качеств. |  |
| 41 | 1 | Развитие скоростно-силовых качеств. |  |
| 42 | 1 | «Совершенствование навыков бега. Медленный бег до 2 мин» |  |
| 43 | 1 | Коллективная игра. |  |
| 44 | 1 | Беседа о форме одежды на улицу, правила поведения на уроках лыжной подготовки. Развитие координации движения. |  |
| 45 | 1 | Уметь правильно и самостоятельно одеть ботинки. Овладеть навыками переноске лыж |  |
| 46 | 1 | Упражнения, лежа на спине. Игры  Игры по выбору детей.  Игры |  |
| 47 | 1 | Обучение ступающему шагу.  Игры по выбору детей.  Игры по выбору детей.  Игры по выбору детей.  Игры по выбору детей.  Игры по выбору детей.  Игры по выбору детей.  Игры по выбору детей. |  |
| 48 | 1 | Обучение ступающему шагу. |  |
| 49 | 1 | Коррегирующие упражнения для рук и ног, туловища. |  |
| 50 | 1 | Обучение ступающему шагу |  |
| 51 | 1 | Техника выполнения упражнений на равновесие. |  |
| 52 | 1 | Обучение ступающему шагу с палкам |  |
| 53 | 1 | Обучение ступающему шагу с палкам |  |
| 54 | 1 | Обучение ступающему шагу с палками |  |
| 55 | 1 | Техника поворота на месте «переступанием» |  |
| 56 | 1 | Техника поворота на месте «переступанием» |  |
| 57 | 1 | Развитие координации движения. |  |
| 58 | 1 | Коррегирующие упражнения для рук и ног, туловища. |  |
| 59 | 1 | Коррегирующие упражнения для рук и ног, туловища. |  |
| 60 | 1 | Развитие координации движения. |  |
| 61 | 1 | Упражнение на лечебных мячах. |  |
| 62 | 1 | Упражнение на лечебных мячах. |  |
| 63 | 1 | Передвижение на лыжах 600 метров за урок |  |
| 64 | 1 | Передвижение на лыжах 600 метров за урок |  |
| 65 | 1 | Подвижные игры с мячом. |  |
| 66 | 1 | Развитие силы мышц спины и пресса. |  |
| 67 | 1 | Коррегирующие упражнения для рук и ног, туловища. |  |
| 68 | 1 | Совершенствовать игры «Мяч по кругу», «Веселый, ловкий».   «Совушки», «Ладушки». |  |
| 69 | 1 | Совершенствовать игры «Мяч по кругу», «Веселый, ловкий».   «Совушки», «Ладушки» |  |
| 70 | 1 | Упражнение на лечебных мячах. |  |
| 71 | 1 | Упражнение на лечебных мячах. |  |
| 72 | 1 | Игры: «Подвинь дальше», «Горячий мяч», «Боулинг».  1 |  |
| 73 | 1 | Игры: «Подвинь дальше», «Горячий мяч», «Боулинг». |  |
| 74 | 1 | Развитие координации движения. Развитие ловкости. |  |
| 75 | 1 | Развитие координации движения. Развитие ловкости. |  |
| 76 | 1 | Правильное положение ног, рук, туловища в основной стойке. |  |
| 77 | 1 | Правильное положение ног, рук, туловища в основной стойке |  |
| 78 | 1 | Поворот переступанием. Ходьба и бег в рассыпную |  |
| 79 | 1 | Поворот переступанием. Ходьба и бег в рассыпную. |  |
| 80 | 1 | Техника метания мяча. Эстафеты с предметами. |  |
| 81 | 1 | Техника метания мяча. Эстафеты с мячом |  |
| 82 | 1 | Разучивание и совершенствование техники эстафет с предметами |  |
| 83 | 1 | Разучивание и совершенствование техники эстафет с предметами |  |
| 84 | 1 | Подвижные игры с мячом |  |
| 85 | 1 | Подвижные игры с мячом |  |
| 86 | 1 | Подвижные игры с различными предметами |  |
| 87 | 1 | Подвижные игры с различными предметами |  |
| 88 | 1 | Совершенствование техники бросков мяча в парах точность |  |
| 89 | 1 | Совершенствование техники бросков мяча в парах точность |  |
| 90 | 1 | Подвижные игры и игровые упражнения с мячом |  |
| 91 | 1 | Подвижные игры и игровые упражнения с мячом |  |
| 92 | 1 | Разучивание техники броска набивного мяча от груди снизу. |  |
| 93 | 1 | Разучивание техники броска набивного мяча от груди снизу. |  |
| 94 | 1 | Разучивание техники игры «Перестрелка» |  |
| 95 | 1 | Прыжок в длину с места |  |
| 96 | 1 | Прыжок в длину с места |  |
| 97 | 1 | Развитие ловкости. |  |
| 98 | 1 | Развитие ловкости. |  |
| 99 | 1 | Эстаффета с мячом. Коллективная игра. |  |
| 100 | 1 | Работа с мячом. |  |
| 101 | 1 | Соревнование. |  |
| 102 | 1 | Коллективная игра. |  |