

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
школа №7 Красносельского района Санкт-Петербурга

Принято  
на заседании  
Педагогического совета  
протокол № 1  
«30» августа 20 23 г.

Утверждаю  
Директор школы  
\_\_\_\_\_  
Н. А. Бражникова  
«30» августа 20 23 г.

Рабочая программа  
учебного предмета  
«Адаптивная физическая культура»  
для обучающихся 1-7 классов  
(адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся  
с умственной отсталостью (вариант 2)  
на 2023-2024 учебный год

Составители:  
Вернер Татьяна Васильевна  
учитель,  
Новикова Татьяна Александровна  
учитель

## Содержание рабочей программы

Оглавление	Страницы
Титульный лист	
Оглавление	2
Пояснительная записка	3
Планируемые результаты	4-10
Учебно–тематический план	11-17
Календарно-тематическое планирование	18-55

## Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» для обучающихся 1-7 классов является приложением к адаптированной основной общеобразовательной программе образования обучающихся с умственной отсталостью (вариант 2), составлена в соответствии с требованиями ФГОС ОО с УО (ИН) на основании федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (вариант 2). Продолжительность одного урока 35 – 40 минут.

Согласно учебному плану, количество часов за год:

- в 1, 1дополнительном классах- 99 часов (3 часа в неделю);
- во 2-7 классах- 102 часа (3 часа в неделю).

## Планируемые результаты

### 1 класс

К концу учебного года у учащихся могут сформироваться следующие знания, умения и навыки:

Личностные:

Достаточный уровень:

- имеет устойчивый интерес к взаимодействию со знакомым взрослым;
- имеет потребность в общении со знакомым взрослым и включение в деятельность;
- имеет зрительный контакт «глаза в глаза», фиксация и прослеживание за действиями взрослого в конкретной ситуации.

Минимальный уровень:

- имеет эмоциональное проявление на обращенную речь знакомого взрослого в конкретной ситуации взаимодействия;
- имеет двигательные и мимические проявления;
- имеет выраженный комплекс «оживления» в разных проявлениях (двигательные, голосовые и пр.) как мотивация для удовлетворения потребности взаимодействия со знакомым взрослым;
- зрительный контакт «глаза в глаза», прослеживание за действиями взрослого.

Предметные:

Достаточный уровень:

- уметь выполнять построение.
- уметь прыгать на двух ногах.
- уметь прокатывать мяч.
- уметь ползать на животе, между предметами.
- уметь выполнять ОРУ на месте.

Минимальный уровень:

- проявляет сенсомоторную активность в ответ на альтернативные и вербальные средства коммуникации, на игровые ситуации.

### 1 дополнительный класс

К концу учебного года у учащихся могут сформироваться следующие знания, умения и навыки:

Личностные:

Достаточный уровень:

- принимает помощь педагога;
- частично пользуется речевыми и жестовыми формами взаимодействия;
- частично понимает язык эмоции;
- ориентируется в пространстве спортивного зала.

Минимальный уровень:

- удерживает взгляд на лице говорящего взрослого;
- наблюдает за двигающимися предметами.

Предметные:

Достаточный уровень:

- уметь выполнять построение.
- уметь прыгать на двух ногах.
- уметь прокатывать мяч.
- уметь ходить в строю.
- уметь ползать в разных направлениях на животе, между предметами.
- уметь выполнять ОРУ на месте и в движении.

Минимальный уровень:

- выполняет действие способом «рука в руке»;
- удерживает в руке предлагаемый предмет.

## 2 класс

К концу учебного года у учащихся могут сформироваться следующие знания, умения и навыки:

Личностные:

Достаточный уровень:

- проявление положительного отношения к занятиям физической культурой;
- проявление положительного отношения к совместным действиям со знакомым сверстником.

Минимальный уровень:

- фиксация взгляда на лице собеседника
- привлечение к себе внимания любыми доступными средствами
- проявление эмоциональной реакции на задания, связанные с близкими взрослыми (учитель, ухаживающий взрослый).

Предметные:

Достаточный уровень:

- нормализовать дыхание в ходе специальных упражнений.
- уметь ходить на носках, в полуприседе.

- уметь прыгать на двух ногах.
- уметь прокатывать мяч, обруч; подкидывать их вверх.
- уметь ползать в разных направлениях между предметами.

Минимальный уровень:

- восприятие (показ) знакомого спортивного оборудования и инвентаря;
- умение пользоваться жестом при узнавании (при встрече) знакомых взрослых.

### 3 класс

К концу учебного года у учащихся могут сформироваться следующие знания, умения и навыки:

Личностные:

Достаточный уровень:

- проявляют интерес к заданиям в разных ситуациях;
- проявляют активность в совместной работе со сверстником;
- ориентированы на взрослого;
- выполняют задания доступным способом в разных ситуациях.

Минимальный уровень:

- реагируют доступными способами на ситуации продуктивного взаимодействия со взрослым в процессе предметно-игровой и познавательной ситуации.

Предметные:

Достаточный уровень:

- нормализовать дыхание в ходе специальных упражнений;
- уметь ходить на носках, в полуприседе;
- уметь прыгать на двух ногах, одной ногой;
- уметь прокатывать мяч, обруч; подкидывать их вверх;
- уметь ползать в разных направлениях между предметами.

Минимальный уровень:

- выделяют зрительно и по слову предметы в знакомой ситуации;
- проявляют адекватные способы коммуникации со знакомыми взрослыми и сверстниками.

## 4 класс

К концу учебного года у учащихся могут сформироваться следующие знания, умения и навыки:

Личностные:

Достаточный уровень:

- ориентированы на взрослого;
- выполняют задания доступным способом в разных ситуациях;
- проявляют активность в совместной работе со сверстником.

Минимальный уровень:

- реагируют доступными способами на ситуации продуктивного взаимодействия со взрослым в процессе предметно-игровой и познавательной ситуации.

Предметные:

Достаточный уровень:

- нормализовать дыхание в ходе специальных упражнений;
- уметь ходить на носках, в полуприседе;
- уметь прыгать на двух ногах, одной ногой, со сменой ног;
- уметь прокатывать мяч, обруч; подкидывать их вверх; поймать мяч после отскока;
- уметь ползать в разных направлениях между предметами.

Минимальный уровень:

- выделяют зрительно и по слову предметы в знакомой ситуации;
- проявляют адекватные способы коммуникации со знакомыми взрослыми и сверстниками.

## 5 класс

К концу учебного года у учащихся могут сформироваться следующие знания, умения и навыки:

Личностные:

Достаточный уровень:

- проявлять интерес к занятиям физической культурой;
- проявляют активность в совместной работе со сверстником.

Минимальный уровень:

- ориентированы на взрослого;

- реагируют доступными способами на ситуации продуктивного взаимодействия со взрослым в процессе предметно-игровой и познавательной ситуации.

Предметные:

Достаточный уровень:

- как должен одеваться ученик на занятия физкультурой;
- правила поведения в спортивном зале;
- уметь нормализовать дыхание в ходе специальных упражнений;
- знать, что такое ходьба, бег, прыжки, метание;
- уметь ходить на носках, в полуприседе;
- уметь прыгать на двух ногах, одной ноге, со сменой ног;
- уметь прокатывать мяч, обруч; подкидывать их вверх и ловить;
- уметь ползать в разных направлениях между предметами.

Минимальный уровень:

- выделяют зрительно и по слову предметы в знакомой ситуации;
- проявляют адекватные способы коммуникации со знакомыми взрослыми и сверстниками.

## **6 класс**

К концу учебного года у учащихся могут сформироваться следующие знания, умения и навыки:

Личностные:

Достаточный уровень:

- проявлять интерес к занятиям физической культурой;
- проявлять навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях

Минимальный уровень:

- ориентированы на взрослого;
- реагируют доступными способами на ситуации продуктивного взаимодействия со взрослым в процессе предметно-игровой и познавательной ситуации.

Предметные:

Достаточный уровень:

- как должен одеваться ученик на занятия физкультурой;
- правила поведения в спортивном зале;
- умение нормализовать дыхание в ходе специальных упражнений;
- знать, что значит «шеренга», «колонна», «круг»;

- знать, что такое ходьба, бег, прыжки, метание;
- умение ходить на носках, в полуприседе;
- умение сохранять равновесие при движении по гимнастической скамейке;
- умение прыгать на двух ногах;
- умение прокатывать мяч, обруч; умение подкидывать их вверх и ловить;
- умение ползать в разных направлениях между предметами.

Минимальный уровень:

- выполнять действия по подражанию
- проявляют адекватные способы коммуникации со знакомыми взрослыми и сверстниками.

## 7 класс

Личностные:

Достаточный уровень:

- проявлять интерес к занятиям физической культурой;
- проявлять навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- установка на безопасный, здоровый образ жизни

Минимальный уровень:

- ориентированы на взрослого;
- реагируют доступными способами на ситуации продуктивного взаимодействия со взрослым в процессе предметно-игровой и познавательной ситуации.

Предметные:

Достаточный уровень:

- как должен одеваться ученик на занятия физкультурой;
- правила поведения в спортивном зале;
- правила поведения во время проведения подвижных и спортивных игр;
- умение нормализовать дыхание в ходе специальных упражнений;
- знать понятия «Направляющий», «Замыкающий»;
- знать, что значит «шеренга», «колонна», «круг»;
- знать, что такое ходьба, бег, прыжки, метание;
- умение ходить на носках, в полуприседе;
- ходить в заданном ритме под хлопки, счёт, музыку;
- умение сохранять равновесие при движении по гимнастической скамейке;
- умение прыгать на двух ногах;
- выполнять правильный захват различных предметов, передачу и переноску их;
- умение прокатывать мяч, обруч; умение подкидывать их вверх и ловить;
- умение ползать в разных направлениях между предметами.

Минимальный уровень:

- выполнять действия по подражанию
- проявлять адекватные способы коммуникации со знакомыми взрослыми и сверстниками.

Учебно–тематический план

1 класс

№ п/п	Тема	Кол - во часов	Основное содержание программы по теме	Формы организации урока
1	Ознакомительно-ориентировочные действия в предметно-развивающей среде.	2	Знакомство обучающихся с физкультурным залом, оборудованием.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
2	Построение и перестроения	13	Упражнения в построении парами, в шеренгу и в колонну по одному.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
3	Ходьба и упражнения в равновесии	15	Ходьба по кругу, коврикам, верёвке и т.п.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
4	Бег. Общеразвивающие упражнения в движении.	13	Бег в заданном направлении.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
5	Прыжки, прыжковые упражнения.	13	Обучение прыжкам: на мячах.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
6	Катание, бросание, ловля округлых предметов	11	Прокатывать мяч, ловля мяча.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
7	Ползание и лазанье	13	Упражнения в ползании на животе и на четвереньках.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
8	Подготовка к спортивным играм и упражнениям	19	Упражнения на координацию движений рук и ног в положении лежа.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
	Итого	99		

1 дополнительный класс

№ п/п	Тема	Кол - во часов	Основное содержание программы по теме	Формы организации урока
1	Ознакомительно-ориентировочные действия в предметно-развивающей среде.	2	Знакомство обучающихся с физкультурным залом, оборудованием.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
2	Построение и перестроения	13	Упражнения в построении парами, по одному в шеренгу и в колонну друг за другом.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
3	Ходьба и упражнения в равновесии	15	Ходьба по кругу, коврикам, верёвке и т.п.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
4	Бег. Общеразвивающие упражнения в движении.	13	Бег в заданном направлении.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
5	Прыжки, прыжковые	13	Обучение прыжкам: на	Групповая,

	упражнения.		мячах.	фронтальная, индивидуальная
6	Катание, бросание, ловля округлых предметов	11	Прокатывать мяч, ловля мяча.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
7	Ползание и лазанье	13	Упражнения в ползании на животе и на четвереньках.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
8	Подготовка к спортивным играм и упражнениям	19	Упражнения на координацию движений рук и ног в положении лежа.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
	Итого	99		

2 класс

№ п/п	Тема	Кол - во часов	Основное содержание программы по теме	Формы организации урока
1	Построение и перестроение	19	Упражнения в построении и перестроении.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
2	Ходьба и упражнения в равновесии	14	Ходьба по дорожкам, коврикам, верёвке	Групповая, фронтальная, индивидуальная
3	Бег	14	Бег в колонне, парами, змейкой и т. п.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
4	Прыжки	12	Обучение прыжкам: на двух ногах ноги вместе — ноги врозь, руки на поясе и т.п.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
5	Катание, бросание, ловля округлых предметов	12	Прокатывать мяч, обруч из разных исходных позиций.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
6	Ползание и лазанье	19	Упражнения на коврике и разных дорожках.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
7	Подготовка к спортивным играм и упражнениям	12	Подвижные игры, упражнения в беге, прыжках, ползании, лазании, бросании и ловле мяча.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
	Итого	102		

3 класс

№ п/п	Тема	Кол - во часов	Основное содержание программы по теме	Формы организации урока
1	Дыхательные упражнения	10	Дыхательные упражнения под хлопки, под счет, упражнения на изменение длительности вдоха и	Групповая, фронтальная, индивидуальная

			выдоха.	
2	Построение и перестроение	14	Упражнения в построении и перестроении.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
3	Ходьба и упражнения в равновесии	14	Ходьба по дорожкам, коврикам, верёвке	Групповая, фронтальная, индивидуальная
4	Бег	12	Бег в колонне, парами, змейкой и т. п.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
5	Прыжки	12	Обучение прыжкам: на двух ногах ноги вместе — ноги врозь, руки на поясе и т.п.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
6	Катание, бросание, ловля округлых предметов	10	Прокатывать мяч, обруч из разных исходных позиций.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
7	Ползание и лазанье	12	Упражнения на коврике со следочками и подобных ему ковриках и разных дорожках.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
8	Подготовка к спортивным играм и упражнениям	10	Подвижные игры, упражнения в беге, прыжках, ползании, лазании, бросании и ловле мяча.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
9	Элементы футбола	8	Прокатывание и закатывание мяча	Групповая, фронтальная, индивидуальная
	Итого	102		

4 класс

№ п/п	Тема	Кол - во часов	Основное содержание программы по теме	Формы организации урока
1	Дыхательные упражнения	10	Дыхательные упражнения под хлопки, под счет, упражнения на изменение длительности вдоха и выдоха.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
2	Построение и перестроение	14	Упражнения в построении и перестроении.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
3	Ходьба и упражнения в равновесии	14	Ходьба по дорожкам, коврикам, верёвке и т.п.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
4	Бег	12	Бег в колонне, парами, змейкой и т. п.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
5	Прыжки	12	Обучение прыжкам: на двух ногах ноги вместе — ноги врозь, руки на поясе	Групповая, фронтальная, индивидуальная
6	Катание, бросание, ловля	10	Прокатывать мяч, обруч	Групповая,

	округлых предметов		из разных исходных позиций.	фронтальная, индивидуальная
7	Ползание и лазанье	12	Упражнения на коврик со следочками и подобных ему ковриках и разных дорожках.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
8	Подготовка к спортивным играм и упражнениям	10	Подвижные игры, упражнения в беге, прыжках, ползании, лазании, бросании и ловле мяча.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
9	Элементы футбола	8	Прокатывание и закатывание мяча	Групповая, фронтальная, индивидуальная
	Итого	102		

5 класс

№ п/п	Тема	Кол - во часов	Основное содержание программы по теме	Формы организации урока
1	Дыхательные упражнения	10	Дыхательные упражнения под хлопки, под счет, упражнения на изменение длительности вдоха и выдоха.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
2	Построение и перестроение	14	Упражнения в построении и перестроении.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
3	Ходьба и упражнения в равновесии	14	Ходьба по дорожкам, коврикам, верёвке и т.п.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
4	Бег	12	Бег в колонне, парами, змейкой и т. п.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
5	Прыжки	12	Обучение прыжкам: на двух ногах ноги вместе — ноги врозь, руки на поясе и т.п.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
6	Катание, бросание, ловля округлых предметов	10	Прокатывать мяч, обруч из разных исходных позиций.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
7	Ползание и лазанье	12	Упражнения на коврик со следочками и подобных ему ковриках и разных дорожках.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
8	Подготовка к спортивным играм и упражнениям	10	Подвижные игры, упражнения в беге, прыжках, ползании, лазании, бросании и ловле мяча.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
9	Элементы футбола	8	Прокатывание и	Групповая,

			закатывание мяча	фронтальная, индивидуальная
	Итого	102		

6 класс

№ п/п	Тема	Кол - во часов	Основное содержание программы по теме	Формы организации урока
1	Дыхательные упражнения	10	Дыхательные упражнения под хлопки, под счет, упражнения на изменение длительности вдоха и выдоха.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
2	Построение и перестроение	14	Упражнения в построении и перестроении. Построения в колонну по одному и парами, в круг. Построение в шеренгу по росту и перестроение в колонну по одному.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
3	Ходьба и упражнения в равновесии	14	Ходьба по дорожкам, коврикам, верёвке и т.п. Упражнения на формирование правильной осанки.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
4	Бег	12	Бег в колонне, парами, змейкой и Упражнения на чередование бега с ходьбой, прыжками	Групповая, фронтальная, индивидуальная
5	Прыжки	12	Обучение прыжкам: на двух ногах ноги вместе — ноги врозь, руки на поясе и т.п. Перепрыгивание через линию, веревку.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
6	Катание, бросание, ловля округлых предметов	10	Прокатывать мяч, обруч из разных исходных позиций. Бросать мяч вверх и ловить его двумя руками	Групповая, фронтальная, индивидуальная
7	Ползание и лазанье	12	Упражнения на коврике со следочками. Ползание по гимнастической скамейке. Лазание по шведской стенке.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
8	Подготовка к спортивным играм и упражнениям	10	Подвижные игры, упражнения в беге, прыжках, ползании, лазании, бросании и ловле мяча.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
9	Элементы футбола	8	Прокатывание и закатывание мяча ногой Передача мяча друг другу.	Групповая, фронтальная,

				индивидуальная
	Итого	102		

7 класс

№ п/п	Основное содержание по темам	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности	Форма организации урока
1	Дыхательные упражнения	10	Упражнения на закрепление правильного дыхания и формирование правильной осанки.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
2	Построения и перестроения	14	Построения в колонну по одному и парами, в круг. Построение в шеренгу по росту и перестроение в колонну по одному. Повороты направо, налево. Повороты в углах зала (площадки) во время движения. Ориентировка в пространстве помещения (площадки).	Групповая, фронтальная, индивидуальная
3	Ходьба и упражнения в равновесии	14	Ходьба гимнастическим, приставным шагом, в полуприседе и приседе, ходьба скрестным шагом, «змейкой» со сменой темпа, по различным видам дорожкам и коврикам. Упражнения на формирование правильной осанки.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
4	Бег	12	Бег в колонне по одному и парами, «змейкой» между предметами, между линиями, между ориентирами. Упражнения на чередование бега с ходьбой, прыжками, и подлезанием.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
5	Прыжки	12	Прыжки со смещением ног вправо — влево, с продвижением вперед на 5-6 м, перепрыгивание через линию, веревку.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
6	Бросание, ловля, метание	10	Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками, перебрасывание мяча друг другу снизу, через сетку.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
7	Ползание и лазанье	12	Ползание по	Групповая,

			гимнастической скамейке на животе или на спине, подтягиваясь на руках и отталкиваясь ногами.	фронтальная, индивидуальная
8	Элементы спортивных игр и спортивных упражнений	18	Передача мяча друг другу: двумя руками от груди, перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди в движении, ловля мяча, летящего на разной высоте, удар по мячу ногой, остановка мяча ногой.	Групповая, фронтальная, индивидуальная
	Итого	102		

Календарно – тематическое планирование  
1 класс

№ урока	Тема раздела, урока	Кол-во часов	Планируемая дата	Фактическая дата	Контроль
1.	Знакомство с физкультурным залом.	1			Тематический
2	Знакомство с оборудованием зала.	1			Текущий
3.	Упражнение в построении парами.	1			Тематический
4.	Упражнение в построении по одному в ряд.	1			Текущий
5.	Закрепление навыков хождения в заданном направлении, держась за руки.	1			Текущий
6.	Закрепление навыков хождения, в заданном направлении держась за веревочку	1			Текущий
7.	Обучение бегу по игровой дорожке.	1			Тематический
8	Бег по направлению к учителю.	1			Текущий
9.	Бег в разных направлениях.	1			Текущий
10.	Обучение учащихся прыжкам на двух ногах.	1			Тематический
11.	Обучение учащихся прыжкам на двух ногах с продвижением вперед.	1			Текущий
12.	Обучение прыжкам на мячах.	1			Текущий
13.	Формирование умений учащихся прокатывать мяч, обруч из разных исходных положений двумя руками друг другу.	1			Тематический
14.	Формировать умение бросать и ловить мяч (2-5 раз).	1			Текущий
15.	Формировать умение бросать мяч вверх.	1			Текущий

16.	Ползание на животе.	1		Тематический
17.	Ползание на четвереньках в заданном направлении.	1		Текущий
18.	Ползание по прямой линии по указательному жесту учителя.	1		Текущий
19.	Обучение прыжкам на мячах. Игра.	1		Тематический
20.	Подвижная игра с бегом: «Лови меня»	1		Тематический
21.	Подвижная игра с прыжками: «Подпрыгни до ладошки»	1		Тематический
22.	Подвижная игра с лазаньем: «Обезьянки»	1		Тематический
23.	Игровые упражнения с шариками в сухом бассейне.	1		Тематический
24.	Стимулирование желания учащегося самостоятельно играть в сухом бассейне (купаться, ползать по шарикам).	1		Текущий
25.	Построение в колонну по одному.	1		Тематический
26.	Построение в шеренгу.	1		Текущий
27.	Построение в шеренгу по росту.	1		Текущий
28.	Построение в колонну по росту.	1		Текущий
29.	Ходьба по дорожкам из ковровина, по детской сенсорной тропе.	1		Тематический
30.	Обучение ходьбе по кругу.	1		Текущий
31.	Обучение двигаться под музыку.	1		Текущий
32.	Чередование бега и ходьбы.	1		Тематический
33.	Обучение ходьбе за учителем; ходьбе, держась за руки.	1		Текущий
34.	Обучение бегу под музыку.	1		Тематический
35.	Обучение бегу в заданном направлении.	1		Тематический
36.	Бег с флажками.	1		Текущий
37.	Обучение прыжкам на надувных игрушках.	1		Тематический

38.	Обучение поскакам на месте.	1			Текущий
39.	Обучение прыжкам на надувном шаре.	1			Текущий
40.	Ловля мяча.	1			Тематический
41.	Ловля и бросание мяча учителю.	1			Текущий
42.	Ползание на животе.	1			Тематический
43.	Ползание на четвереньках по прямой линии.	1			Текущий
44.	Ползание на животе по прямой линии.	1			Текущий
45.	Подвижная игра с бегом, с игрушкой.	1			Тематический
46.	Подвижная игра с прыжками: «Мой веселый звонкий мяч»	1			Тематический
47.	Стимулирование желания учащихса самостоятельно играть в сухом бассейне (кулатся, ползгать по шарикам и т.д.)	1			Текущий
48	Ходьба по дорожкам из ковровлина, по детской сенсорной тропе.	1			Текущий
49	Обучение ходьбе на носочках.	1			Текущий
50	Ходьба между предметами.	1			Текущий
51	Игровые упражнения с набивными мячами.	1			Текущий
52.	Построение в шеренгу по сигналу.	1			Тематический
53.	Построение в колонну.	1			Тематический
54.	Построение парами.	1			Текущий
55.	Обучение ходьбе по кругу.	1			Текущий
56.	Обучение бегу вслед за учителем.	1			Текущий
57.	Движение под музыку.	1			Текущий
58.	Обучение бегу в направлении к учителю.	1			Текущий

59.	Обучение ходьбе на носочках.	1			Текущий
60.	Ходьба по дорожкам из ковролина, по детской сенсорной тропе.	1			Текущий
61.	Ходьба между предметами.	1			Текущий
62.	Обучение бегу в разных направлениях.	1			Текущий
63.	Бег в заданном направлении.	1			Текущий
64.	Прыжки на надувных игрушках-прыгунах.	1			Тематический
65.	Игровые упражнения с шариками в сухом бассейне, обучение поскокам на двух ногах.	1			Текущий
66.	Прокатывание мяча двумя руками друг другу.	1			Тематический
67.	Ловля мяча, брошенного учителем.	1			Текущий
68.	Проползание на четвереньках под дугой.	1			Тематический
69.	Проползание в ворота, между ремнями игровой дорожки.	1			Текущий
70.	Ползание на четвереньках через ворота.	1			Текущий
71.	Ползание на четвереньках между мягкими модульными предметами.	1			Тематический
72.	Стимулирование желания учащихся самостоятельно играть в сухом бассейне (купаться, ползать по шарикам, погружение в них).	1			Текущий
73.	Упражнения в сухом бассейне. (шарики)	1			Текущий
74.	Игры в сухом бассейне. (купание)	1			Текущий
75.	Игры на улице.	1			Текущий
76.	Построения и перестроения.	1			Текущий
77.	Построение парами.	1			Текущий
78.	Построение по одному в ряд.	1			Текущий
79.	Построение в колонну по одному.	1			Тематический

80.	Закрепление навыков хождения в заданном направлении.	1			Текущий
81.	Закрепление навыков хождения в заданном направлении, держась за руки.	1			Текущий
82.	Закрепление навыков хождения, в заданном направлении держась за веревочку	1			Текущий
83.	Ходьба между предметами и по извилистой дорожке.	1			Тематический
84.	Обучение бегу по игровой дорожке.	1			Текущий
85.	Бег в направлении к учителю.	1			Текущий
86.	Бег в разных направлениях.	1			Текущий
87.	Обучение прыжкам на двух ногах.	1			Тематический
88.	Обучение прыжкам на двух ногах с продвижением вперед.	1			Текущий
89.	Обучение прыжкам на мячах.	1			Текущий
90.	Упражнения на игрушках прыгунах.	1			Тематический
91.	Прыжки на надувных игрушках-прыгунах.	1			Текущий
92.	Полоса препятствий.	1			Тематический
93.	Ползание на животе.	1			Текущий
94.	Ползание на четвереньках в заданном направлении. Обучение прыжкам на мячах. Игра.	1			Текущий
95.	Ползание по прямой линии по указательному жесту учителя.	1			Текущий
96.	Обучение прыжкам на мячах. Игра.	1			Тематический
97.	Подвижная игра с бегом: «Лови меня»	1			Текущий
98.	Подвижная игра с прыжками: «Подпрыгни до ладошки»	1			Текущий
99.	Подвижная игра с лазаньем: «Обезьянки»	1			Тематический
Итого:	99				

1 дополнительный класс

№ урока	Тема раздела, урока	Кол-во часов	Планируемая дата	Фактическая дата	Контроль
1.	Знакомство с физкультурным залом.	1			Тематический
2	Знакомство с оборудованием зала.	1			Текущий
3.	Построение парами.	1			Тематический
4.	Построение в шеренгу по одному.	1			Текущий
5.	Закрепление навыков хождения в заданном направлении, держась за руки.	1			Текущий
6.	Закрепление навыков хождения, в заданном направлении держась за веревочку.	1			Текущий
7.	Обучение бегу по игровой дорожке.	1			Тематический
8	Бег по направлению к учителю.	1			Текущий
9.	Бег в разных направлениях.	1			Текущий
10.	Прыжки на двух ногах.	1			Тематический
11.	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед.	1			Текущий
12.	Обучение прыжкам на мячах.	1			Текущий
13.	Прокатывание мяча, обруча двумя руками из разных исходных положений.	1			Тематический
14.	Броски и ловля мяча (2-5 раз).	1			Текущий
15.	Подбрасывание мяча вверх.	1			Текущий
16.	Ползание на животе.	1			Тематический
17.	Ползание на четвереньках в заданном направлении.	1			Текущий
18.	Ползание по прямой линии по указательному жесту учителя.	1			Текущий

19.	Прыжки на мячах. Игра.		1			Тематический
20.	Подвижная игра с бегом: «Лови меня»		1			Тематический
21.	Подвижная игра с прыжками: «Подпрыгни до ладошки»		1			Тематический
22.	Подвижная игра с лазаньем: «Обезьянки»		1			Тематический
23.	Игровые упражнения с шариками в сухом бассейне.		1			Тематический
24.	Стимулирование желания учащихся самостоятельно играть в сухом бассейне (кулаться, ползать по шарикам.)		1			Текущий
25.	Построение в колонну по одному.		1			Тематический
26.	Построения в шеренгу по сигналу.		1			Текущий
27.	Построение в шеренгу по росту.		1			Текущий
28.	Построение в колонну по росту.		1			Текущий
29.	Ходьба по детской сенсорной дорожке.		1			Тематический
30.	Ходьба по кругу.		1			Текущий
31.	Ходьба и бег под музыку.		1			Текущий
32.	Чередование бега и ходьбы.		1			Тематический
33.	Ходьба в колонну по одному за учителем. Ходьба с учителем, держась за руки.		1			Текущий
34.	Бег под музыку.		1			Тематический
35.	Бег в заданном направлении.		1			Тематический
36.	Бег с флажками.		1			Текущий
37.	Обучение прыжкам на надувных игрушках.		1			Тематический
38.	Поскоки на месте.		1			Текущий
39.	Прыжки на фитболе.		1			Текущий
40.	Ловля мячей.		1			Тематический

41.	Ловля и бросание мячей учителю.	1			Текущий
42.	Ползание на животе.	1			Тематический
43.	Ползание на четвереньках по прямой линии.	1			Текущий
44.	Ползании на животе по прямой линии.	1			Текущий
45.	Подвижная игра с бегом, с игрушкой.	1			Тематический
46.	Подвижная игра с прыжками: «Мой веселый звонкий мяч»	1			Тематический
47.	Стимулирование желания учащихся самостоятельно играть в сухом бассейне (купаться, ползать по шарикам и т.д.)	1			Текущий
48.	Ходьба по массажным коврикам.	1			Текущий
49.	Обучение ходьбе на носочках.	1			Текущий
50.	Ходьба между предметами.	1			Текущий
51.	Игровые упражнения с набивными мячами.	1			Текущий
52.	Построения в шеренгу по сигналу (повторение).	1			Тематический
53.	Построение в колонну (повторение).	1			Тематический
54.	Построение парами.	1			Текущий
55.	Ходьба по кругу с различными положениями рук.	1			Текущий
56.	Бег вслед за учителем.	1			Текущий
57.	Движение под музыку.	1			Текущий
58.	Бег в направлении к учителю.	1			Текущий
59.	Ходьба на носочках.	1			Текущий
60.	Ходьба по детской сенсорной тропе.	1			Текущий
61.	Ходьба между предметами.	1			Текущий
62.	Бег в разных направлениях.	1			Текущий
63.	Бег в заданном направлении.	1			Текущий

64.	Прыжки на надувных игрушках-прыгунах.	1			Тематический
65.	Игровые упражнения с шариками в сухом бассейне, обучение поскоков на месте.	1			Текущий
66.	Прокатывание мяча друг другу.	1			Тематический
67.	Ловля мяча, брошенного учителем.	1			Текущий
68.	Проползание на четвереньках под дугой.	1			Тематический
69.	Проползание в ворота. Ползание между ремнями игровой дорожки.	1			Текущий
70.	Проползание на четвереньках в ворота.	1			Текущий
71.	Ползание на четвереньках между мягкими модульными предметами.				Тематический
72.	Стимулирование желания учащегося самостоятельно играть в сухом бассейне (купаться, ползать по шарикам, погружаться в них).	1			Текущий
73.	Упражнения в сухом бассейне.	1			Текущий
74.	Игры в сухом бассейне.	1			Текущий
75.	Игры на улице.	1			Текущий
76.	Построения и перестроения.	1			Текущий
77.	Построение парами.	1			Текущий
78.	Построение в шеренгу по одному.	1			Текущий
79.	Построение в колонну по одному.	1			Тематический
80.	Закрепление навыков хождения в заданном направлении.	1			Текущий
81.	Закрепление навыков хождения в заданном направлении, держась за руки.	1			Текущий
82.	Закрепление навыков хождения, в заданном направлении держась за веревочку.	1			Текущий
83.	Ходьба между предметами, ходьба по извилистой дорожке.	1			Тематический

84.	Бег по игровой дорожке.		1			Текущий
85.	Бег в направлении к учителю.		1			Текущий
86.	Бег в разных направлениях.		1			Текущий
87.	Прыжки на двух ногах.		1			Тематический
88.	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед.		1			Текущий
89.	Прыжки на мячах.		1			Текущий
90.	Упражнения на игрушках-прыгунах.		1			Тематический
91.	Прыжки на надувных игрушках-прыгунах.		1			Текущий
92.	Полоса препятствий.		1			Тематический
93.	Ползание на животе.		1			Текущий
94.	Ползание на четвереньках в заданном направлении. Прыжки в сторону на двух ногах.		1			Текущий
95.	Ползание по прямой линии по указательному жесту учителя.		1			Текущий
96.	Прыжки на мячах. Игра.		1			Тематический
97.	Подвижная игра с бегом: «Лови меня»		1			Текущий
98.	Подвижная игра с прыжками: «Подпрыгни до ладошки»		1			Текущий
99.	Подвижная игра с лазаньем: «Обезьянки»		1			Тематический
Итого:	99					

2 класс

№ урока	Тема раздела, урока	Кол-во часов	Планируемая дата	Фактическая дата	Контроль
1.	Построения.	1			Тематический
2.	Построения и перестроения.	1			Текущий
3.	Построения и перестроения.	1			Текущий
4.	Дыхательные упражнения.	1			Текущий

5.	Построение в шеренгу.	1		Тематический
6.	Построение в колонну по одному.	1		Текущий
7.	Построение парами. Построение в колонну по два.	1		Текущий
8.	Закрепление навыков хождения в заданном направлении.	1		Тематический
9.	Закрепление навыков хождения, держась за руки.	1		Текущий
10.	Закрепление навыков хождения, держась за веревочку.	1		Текущий
11.	Ходьба между предметами, по извилистой дорожке.	1		Текущий
12.	Бег за направляющим по сигналу.	1		Тематический
13.	Бег в направлении к учителю.	1		Текущий
14.	Бег в разных направлениях.	1		Текущий
15.	Прыжки на двух ногах.	1		Тематический
16.	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед.	1		Текущий
17.	Прыжки в длину с места.	1		Текущий
18.	Прокатывание мяча, обруча друг другу.	1		Тематический
19.	Броски и ловля мяча.	1		Текущий
20.	Броски мяча вверх.	1		Текущий
21.	Ползание на животе по прямой с поворотом.	1		Тематический
22.	Ползание на четвереньках в заданном направлении с поворотом.	1		Текущий
23.	Ползание в заданном направлении с поворотом.	1		Текущий
24.	Перелезание через значительные препятствия.	1		Текущий
25.	Подвижная игра с бегом: «Лови меня».	1		Тематический
26.	Подвижная игра с прыжками: «Подпрыгни до ладошки».	1		Тематический
27.	Подвижная игра с лазаньем: «Обезьянки».	1		Тематический
28.	Упражнения на изменение длительности вдоха и выдоха.	1		Тематический
29.	Упражнения на регулировку дыхания в ходьбе.	1		Текущий
30.	Построение в колонну по одному.	1		Тематический
31.	Построение в шеренгу по сигналу.	1		Текущий
32.	Построение в шеренгу по росту.	1		Текущий
33.	Построение в колонну по росту.	1		Текущий
34.	Ходьба по детской сенсорной дорожке.	1		Тематический
35.	Ходьба на носочках.	1		Текущий
36.	Движения под музыку.	1		Текущий

37.	Чередование бега и ходьбы.	1			Текущий
38.	Бег на носках. Бег между линиями.	1			Темагический
39.	Бег по игровой дорожке.	1			Текущий
40.	Прыжки в высоту с места.	1			Текущий
41.	Прыжки в высоту на гимнастических матах.	1			Текущий
42.	Прыжки на надувном мяче (фитболе).	1			Темагический
43.	Метание малого мяча в вертикальную цель.	1			Текущий
44.	Метание малого мяча в горизонтальную цель.	1			Темагический
45.	Лазание по гимнастической стенке со страховкой.	1			Текущий
46.	Лазание по гимнастической стенке с минимальной поддержкой.	1			Темагический
47.	Подвижная игра с бегом: «По тропинке».	1			Темагический
48.	Подвижная игра с прыжками: «Мой веселый звонкий мяч».	1			Темагический
49.	Дыхательные упражнения.	1			Темагический
50.	Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки, под счет.	1			Текущий
51.	Дыхательные упражнения в различных исходных положениях.	1			Текущий
52.	Построение в шеренгу по сигналу.	1			Темагический
53.	Построение в шеренгу по росту.	1			Текущий
54.	Построение в колонну по росту.	1			Текущий
55.	Ходьба по детской сенсорной тропе.	1			Темагический
56.	Ходьба на носочках.	1			Текущий
57.	Движение под музыку.	1			Текущий
58.	Движение под музыку с проговариванием слов, поговорок.	1			Текущий
59.	Бег парами.	1			Темагический
60.	Бег в медленном темпе, бег с ускорением.	1			Текущий
61.	Ходьба по наклонной скамье.	1			Текущий
62.	Прыжки через предметы (высота 5-10 см.)	1			Темагический
63.	Прыжки со сменой ног.	1			Текущий
64.	Прыжки с хлопками над головой.	1			Текущий
65.	Игровые упражнения с набивными мячами.	1			Темагический
66.	Отбивание мяча от пола и ловля его после отскока.	1			Темагический

67.	Игра «Бросай-ка».	1		Тематический
68.	Ползание на животе с поворотом по сигналу.	1		Тематический
69.	Движение на четвереньках по коврику.	1		Тематический
70.	Стимулирование желания учащихса самостоятельно играть в сухом бассейне.	1		Тематический
71.	Стимулирование желания учащихса самостоятельно играть в сухом бассейне.	1		Текущий
72.	Подвижная игра с бросанием и ловлей: «Мячи в корзину».	1		Тематический
73.	Строевые упражнения в форме подвижных игр.	1		Текущий
74.	Веселая эстафета. Спортфест.	1		Тематический
75.	Босохождение по различного вида коврикам и мокрой ткани.	1		Тематический
76.	Босохождение по различного вида коврикам и мокрой ткани.	1		Текущий
77.	Прокатывание мяча левой и правой ногой в заданном направлении.	1		Тематический
78.	Закатывание мяча в воротаца.	1		Текущий
79.	Регулирование дыхания в ходьбе.	1		Тематический
80.	Построение в шеренгу по росту.	1		Тематический
81.	Перестроение из шеренги в колонну.	1		Текущий
82.	Перестроение из колонны в шеренгу.	1		Текущий
83.	Построение в колонну по одному.	1		Текущий
84.	Ходьба на носочках.	1		Тематический
85.	Закрепление умения двигаться под музыку.	1		Текущий
86.	Ходьба под заданный ритм.	1		Текущий
87.	Бег между предметами змейкой.	1		Тематический
88.	Бег между мягкими модулями змейкой.	1		Текущий
89.	Бег между кеглями змейкой.	1		Текущий
90.	Перепрыгивание через веревочку.	1		Тематический
91.	Перепрыгивание через линию, начерченную на полу.	1		Текущий
92.	Прыжки на мячах, фитболах.	1		Тематический
93.	Игровые упражнения с набивными мячами.	1		Тематический
94.	Отбивание мяча от пола и ловля его после отскока.	1		Тематический
95.	Стимулирование желания учащихса самостоятельно играть в сухом бассейне.	1		Текущий

96.	Стимулирование желания учащихся самостоятельно играть в сухом бассейне.	1			Текущий
97.	Подвижная игра с бегом: «Через ручеек».	1			Тематический
98.	Подвижная игра с прыжками: «Попрыгай на багуте»	1			Тематический
99.	Босохождение по различного вида коврикам и мокрой ткани.	1			Тематический
100.	Босохождение по различного вида коврикам и мокрой ткани.	1			Текущий
101.	Прокатывание мяча левой и правой ногой в заданном направлении.	1			Тематический
102.	Закатывание мяча в лунку, в ворота.	1			Текущий
	Итого	102			

3 класс

№ урока	Тема раздела, урока	Кол-во часов	Планируемая дата	Фактическая дата	Контроль
1.	Дыхательные упражнения правильного дыхания.	1			Тематический
2.	Дыхательные упражнения под хлопки, под счет.	1			Текущий
3.	Грудное, брюшное дыхание в различных исходных положениях (на спине, стоя, сидя).	1			Текущий
4.	Дыхательные упражнения на вдох и выдох.	1			Текущий
5.	Построение в шеренгу.	1			Тематический
6.	Построение в колонну по одному, по парам.	1			Текущий
7.	Построение в колонну друг за другом.	1			Текущий
8.	Закрепление навыков хождения в заданном направлении.	1			Тематический
9.	Закрепление навыков хождения, держась за руки.	1			Текущий
10.	Закрепление навыков хождения, держась за веревочку.	1			Текущий
11.	Ходьба между предметами и по извилистой дорожке.	1			Текущий
12.	Бег по сигналу вслед за направляющим.	1			Тематический

13.	Бег в направлении к учителю.		1		Текущий
14.	Бег в разных направлениях.		1		Текущий
15.	Прыжки на двух ногах.		1		Темагический
16.	Прыжки на двух ногах вперед, назад.		1		Текущий
17.	Прыжок в длину с места.		1		Текущий
18.	Прокатывание мяча, обруча двумя руками (в парах).		1		Темагический
19.	Бросание и ловля мяча.		1		Текущий
20.	Броски мяча вверх.		1		Текущий
21.	Ползание на животе по прямой с поворотом.		1		Темагический
22.	Ползание на четвереньках с поворотом.		1		Текущий
23.	Ползание по прямой линии по указательному жесту учителя с поворотом.		1		Текущий
24.	Перелезание через незначительные препятствия.		1		Текущий
25.	Подвижная игра с бегом: «Лови меня».		1		Темагический
26.	Подвижная игра с прыжками: «Подпрыгни до ладошки».		1		Темагический
27.	Подвижная игра с лазаньем: «Обезьянки».		1		Темагический
28.	Упражнения на изменение длительности вдоха и выдоха.		1		Темагический
29.	Упражнения на регулировку дыхания в ходьбе.		1		Текущий
30.	Построение в колонну друг за другом.		1		Темагический
31.	Построение в шеренгу по сигналу.		1		Текущий
32.	Построение в шеренгу по росту.		1		Текущий
33.	Построение в колонну по росту.		1		Текущий
34.	Ходьба по дорожкам из коврилина, по сенсорной тропе.		1		Темагический
35.	Ходьба на носках.		1		Текущий

36.	Закрепление умения двигаться под музыку.	1			Текущий
37.	Чередование бега и ходьбы.	1			Текущий
38.	Бег на носках. Обучение бегу между линиями.	1			Тематический
39.	Бег по игровой дорожке.	1			Текущий
40.	Прыжки в высоту.	1			Текущий
41.	Обучение прыжкам на надувных мячах.	1			Текущий
42.	Обучение прыжкам на надувном шаре (фитболе).	1			Текущий
43.	Метание мяча малого размера в вертикальную цель.	1			Тематический
44.	Метание мяча малого размера в горизонтальную цель.	1			Текущий
45.	Обучение лазанию по лесенке-стремянке со страховкой.	1			Тематический
46.	Обучение лазанию на лесенку-стремянку с поддержкой.	1			Текущий
47.	Подвижная игра с бегом: «По тропинке».	1			Тематический
48.	Подвижная игра с прыжками: «Мой веселый звонкий мяч».	1			Тематический
49.	Дыхательные упражнения с движениями.	1			Тематический
50.	Дыхательные упражнения под хлопки, под счет.	1			Текущий
51.	Дыхательные упражнения в различных исходных положениях: на спине, стоя, сидя.	1			Текущий
52.	Построение в шеренгу по сигналу.	1			Тематический
53.	Построение в шеренгу по росту.	1			Текущий
54.	Построение в колонну по росту.	1			Текущий
55.	Ходьба по дорожкам из ковролина, по сенсорной тропе.	1			Тематический
56.	Ходьба на носках.	1			Текущий
57.	Движения под музыку.	1			Текущий
58.	Движение под музыку с проговариванием слов, стихов.	1			Текущий

59.	Обучение бегу парами.	1			Тематический
60.	Бег в медленном темпе и с ускорением.	1			Текущий
61.	Бег по дорожке, приподнятой над полом.	1			Текущий
62.	Обучение прыжкам через два-три предмета.	1			Тематический
63.	Прыжки на двух ногах, со сменой ног.	1			Текущий
64.	Прыжки с хлопками над головой.	1			Текущий
65.	Игровые упражнения с игровой трубой «Перекасти поле», шариками в сухом бассейне.	1			Тематический
66.	Отбивание мяча от пола и ловля его после отскока.	1			Тематический
67.	Игра «Бросай-ка».	1			Тематический
68.	Закрепление умения ползать на животе с поворотом.	1			Тематический
69.	Передвижение на четвереньках, ползание по-пластунски.	1			Тематический
70.	Стимулирование желания учащихся самостоятельно играть в сухом бассейне.	1			Тематический
71.	Стимулирование желания учащихся самостоятельно играть в сухом бассейне.	1			Текущий
72.	Подвижная игра с бросанием и ловлей: «Мячи в корзину».	1			Тематический
73.	Совершенствование строевых упражнений в форме подвижных игр.	1			Текущий
74.	Веселая эстафета. Спортфест.	1			Тематический
75.	Босохождение по разным коврикам и мокрой ткани.	1			Тематический
76.	Босохождение по разным коврикам и мокрой ткани.	1			Текущий
77.	Прокатывание мяча левой и правой ногой.	1			Тематический
78.	Закатывание мяча в воротца.	1			Текущий
79.	Упражнения на регулировку дыхания в ходьбе.	1			Тематический

80.	Построение в шеренгу по росту.	1			Темагический
81.	Перестроение из шеренги в колонну.	1			Текущий
82.	Перестроение из колонны в шеренгу.	1			Текущий
83.	Построение в колонну по одному, перестроение в колонну по два.	1			Текущий
84.	Ходьба на носках.	1			Темагический
85.	Закрепление умения двигаться под музыку.	1			Текущий
86.	Ходьба под заданный ритм.	1			Текущий
87.	Бег между предметами змейкой.	1			Темагический
88.	Бег между мягкими модулями змейкой.	1			Текущий
89.	Бег между кеглями змейкой.	1			Текущий
90.	Перепрыгивание через веревочку.	1			Темагический
91.	Перепрыгивание через линию.	1			Текущий
92.	Прыжки на месте, со сменой ног.	1			Темагический
93.	Игровые упражнения с игровой трубой «Перекапи поле», шариками в сухом бассейне.	1			Темагический
94.	Отбивание мяча от пола и ловля его после отскока.	1			Темагический
95.	Стимулирование желания учащихся самостоятельно играть в сухом бассейне.	1			Текущий
96.	Стимулирование желания учащихся самостоятельно играть в сухом бассейне.	1			Текущий
97.	Подвижная игра с бегом: «Через ручеек».	1			Темагический
98.	Подвижная игра с прыжками.	1			Темагический
99.	Босохождение по разным коврикам и мокрой ткани.	1			Темагический
100.	Босохождение по разным коврикам и мокрой ткани.	1			Текущий

101.	Прокатывание мяча левой и правой ногой .	1			Тематический
102.	Закатывание мяча в лунку, в воротца.	1			Текущий
	Итого	102			

4 класс

№ урока	Тема раздела, урока	Кол-во часов	Планируемая дата	Фактическая дата	Контроль
1.	Дыхательные упражнения правильного дыхания.	1			Тематический
2.	Дыхательные упражнения под хлопки, под счет.	1			Текущий
3.	Упражнения в грудном, брюшном, и полном дыхании: лежа на спине, стоя, сидя.	1			Текущий
4.	Дыхательные упражнения на вдох и выдох.	1			Текущий
5.	Упражнение в построении в шеренгу.	1			Тематический
6.	Упражнение в построении по одному в колонну по парам.	1			Текущий
7.	Упражнение в построении в колонну друг за другом.	1			Текущий
8.	Закрепление навыков хождения в заданном направлении.	1			Тематический
9.	Закрепление навыков хождения, держась за руки.	1			Текущий
10.	Закрепление навыков хождения, держась за веревочку	1			Текущий
11.	Ходьба между предметами и по извилистой дорожке	1			Текущий
12.	Бег по сигналу вслед за направляющим.	1			Тематический
13.	Бег в направлении к учителю.	1			Текущий
14.	Бег в разных направлениях.	1			Текущий
15.	Обучение учащихся прыжкам на двух ногах.	1			Тематический
16.	Обучение учащихся прыжкам вперед на двух ногах.	1			Текущий

17.	Обучение прыжкам в длину с места на расстояние и дальше.	1			Текущий
18.	Формирование умений учащихся прокатывать мяч, обруч двумя руками друг другу.	1			Тематический
19.	Формировать умение бросать и ловить мяч.	1			Текущий
20.	Формировать умение бросать мяч вверх.	1			Текущий
21.	Ползание на животе по прямой с поворотом.	1			Тематический
22.	Ползание на четвереньках в заданном направлении с поворотом.	1			Текущий
23.	Ползание по прямой линии по указанному жесту учителя с поворотом.	1			Текущий
24.	Перелезание через незначительные препятствия.	1			Текущий
25.	Подвижная игра с бегом: «Лови меня»	1			Тематический
26.	Подвижная игра с прыжками: «Подпрыгни до ладошки».	1			Тематический
27.	Подвижная игра с лазаньем: «Обезьянки».	1			Тематический
28.	Упражнения на изменение длительности вдоха и выдоха.	1			Тематический
29.	Упражнения на регулировку дыхания в ходьбе.	1			Текущий
30.	Совершенствование построения в колонну друг за другом.	1			Тематический
31.	Совершенствование построения в шеренгу по сигналу.	1			Текущий
32.	Обучение построению в шеренгу по росту.	1			Текущий
33.	Обучение построению в колонну по росту.	1			Текущий
34.	Ходьба по детской сенсорной тропе.	1			Тематический
35.	Обучение ходьбе на носочках.	1			Текущий
36.	Закрепление умения двигаться под музыку.	1			Текущий
37.	Упражнять в чередовании бега и ходьбы.	1			Текущий
38.	Обучение бегу на носках. Обучение бегу между линиями.	1			Тематический

39.	Обучение бегу по игровой дорожке.	1		Текущий
40.	Обучение прыжкам в высоту с места.	1		Текущий
41.	Обучение прыжкам в высоту на надувных гимнастических матах.	1		Текущий
42.	Обучение прыжкам на надувном шаре (фитболе).	1		Текущий
43.	Упражнения в метании мячей малого размера в вертикальную цель.	1		Тематический
44.	Упражнения в метании мячей малого размера в горизонтальную цель.	1		Текущий
45.	Обучение лазанию по лесенке-стремянке со страховкой.	1		Тематический
46.	Обучение лазанию на лесенку-стремянку с поддержкой.	1		Текущий
47.	Подвижная игра с бегом: « По тропинке».	1		Тематический
48.	Подвижная игра с прыжками: « Мой веселый звонкий мяч».	1		Тематический
49.	Дыхательные упражнения с имитационными движениями.	1		Тематический
50.	Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки, под счет.	1		Текущий
51.	Упражнения в грудном, брюшном, и полном дыхании: на спине, стоя, сидя.	1		Текущий
52.	Совершенствование построения в шеренгу по сигналу	1		Тематический
53.	Обучение построению в шеренгу по росту.	1		Текущий
54.	Обучение построению в колонну по росту.	1		Текущий
55.	Ходьба по дорожкам из ковровина, по детской сенсорной тропе.	1		Тематический
56.	Обучение ходьбе на носочках.	1		Текущий
57.	Закрепление умения двигаться под музыку.	1		Текущий
58.	Движение под музыку с проговариванием слов, стихов.	1		Текущий
59.	Обучение бегу парами.	1		Тематический

60.	Бег в медленном темпе и с ускорением.	1		Текущий
61.	Бег по дорожке, приподнятой над полом.	1		Текущий
62.	Обучение прыжкам через два- три предмета.	1		Тематический
63.	Обучение прыжкам на двух ногах со сменой ног.	1		Текущий
64.	Обучение прыжкам с хлопками над головой.	1		Текущий
65.	Игровые упражнения с игровой трубой « Перекаги поле», шариками в сухом бассейне.	1		Тематический
66.	Обучение отбиванию мяча от пола и ловле его после отскока.	1		Тематический
67.	Игра «Бросай-ка».	1		Тематический
68.	Закрепление умения ползать на животе с поворотом.	1		Тематический
69.	Упражнение в ползании на четвереньках.	1		Тематический
70.	Стимулирование желания учащихса самостоятельно играть в сухом бассейне.	1		Тематический
71.	Стимулирование желания учащихса самостоятельно играть в сухом бассейне.	1		Текущий
72.	Подвижная игра с бросанием и ловлей: « Мячи в корзину».	1		Тематический
73.	Совершенствование строевых упражнений в форме подвижных игр.	1		Текущий
74.	Веселая эстафета. Спортфест.	1		Тематический
75.	Босохождение по разным коврикам и мокрой ткани.	1		Тематический
76.	Босохождение по разным коврикам и мокрой ткани.	1		Текущий
77.	Прокатывание мяча левой и правой ногой.	1		Тематический
78.	Закатывание мяча в воротца.	1		Текущий
79.	Упражнения на регулировку дыхания в ходьбе.	1		Тематический
80.	Обучение построению в шеренгу по росту.	1		Тематический

81.	Обучение перестроению из шеренги в колонну.	1		Текущий
82.	Обучение перестроению из колонны в шеренгу.	1		Текущий
83.	Обучение построению в колонну по одному, перестроению в колонну по два.	1		Текущий
84.	Обучение ходьбе на носочках.	1		Тематический
85.	Закрепление умения двигаться под музыку.	1		Текущий
86.	Ходьба под заданный ритм.	1		Текущий
87.	Дальнейшее обучение бегу между предметами змейкой.	1		Тематический
88.	Дальнейшее обучение бегу между мягкими модулями змейкой.	1		Текущий
89.	Дальнейшее обучение бегу между кеглями змейкой.	1		Текущий
90.	Обучение перепрыгиванию через веревочку.	1		Тематический
91.	Обучение перепрыгиванию через линию.	1		Текущий
92.	Прыжки на одной, двух ногах.	1		Тематический
93.	Игровые упражнения с игровой трубой «Перекаги поле», шариками в сухом бассейне.	1		Тематический
94.	Обучение отбиванию мяча от пола и ловле его после отскока.	1		Тематический
95.	Стимулирование желания учащихся самостоятельно играть в сухом бассейне.	1		Текущий
96.	Стимулирование желания учащихся самостоятельно играть в сухом бассейне.	1		Текущий
97.	Подвижная игра с бегом: «Через ручеек».	1		Тематический
98.	Подвижная игра с прыжками и бегом.	1		Тематический
99.	Босохождение по разным коврикам и мокрой ткани.	1		Тематический
100.	Босохождение по разным коврикам и мокрой ткани.	1		Текущий
101.	Прокатывание мяча левой и правой ногой.	1		Тематический

102.	Закатывание мяча в лунку, в ворота.	1				Текущий
	Итого	102				

5 класс

№ урока	Тема раздела, урока	Кол-во часов	Планируемая дата	Фактическая дата	Контроль
1.	Упражнения формирующие правильное дыхание.	1			Тематический
2.	Упражнения на согласование дыхания и движения.	1			Текущий
3.	Упражнения в грудном, брюшном, и полном дыхании: лежа на спине, стоя, сидя.	1			Текущий
4.	Дыхательные упражнения формирующие навык произвольного изменения глубины и темпа дыхания в соответствии с характером движений.	1			Текущий
5.	Упражнение в построении в шеренгу.	1			Тематический
6.	Упражнение в построении в колонну по парам.	1			Текущий
7.	Упражнение в построении в колонну по одному.	1			Текущий
8.	Закрепление навыков хождения в заданном направлении.	1			Тематический
9.	Закрепление навыков хождения, держась за руки.	1			Текущий
10.	Закрепление навыков хождения, держась за веревочку	1			Текущий
11.	Ходьба между предметами и по извилистой дорожке	1			Текущий
12.	Бег по сигналу вслед за направляющим.	1			Тематический
13.	Бег в направлении к учителю.	1			Текущий
14.	Бег в разных направлениях.	1			Текущий
15.	Обучение учащихся прыжкам на двух ногах.	1			Тематический
16.	Обучение учащихся прыжкам вперед на двух ногах.	1			Текущий
17.	Обучение прыжкам в длину с места на расстояние и дальше.	1			Текущий

18.	Формирование умений учащихся прокатывать мяч, обруч двумя руками друг другу.	1			Тематический
19.	Формировать умение бросать и ловить мяч.	1			Текущий
20.	Формировать умение бросать мяч вверх.	1			Текущий
21.	Ползание на животе по прямой с поворотом.	1			Тематический
22.	Ползание на четвереньках в заданном направлении с поворотом.	1			Текущий
23.	Ползание по прямой линии по указанному жесту учителя с поворотом.	1			Текущий
24.	Перелезание через значительные препятствия.	1			Текущий
25.	Подвижная игра с бегом: «Лови меня»	1			Тематический
26.	Подвижная игра с прыжками: «Подпрыгни до ладошки».	1			Тематический
27.	Подвижная игра с лазаньем: «Обезьянки».	1			Тематический
28.	Упражнения на изменение длительности вдоха и выдоха.	1			Тематический
29.	Упражнения на регулировку дыхания в ходьбе.	1			Текущий
30.	Совершенствование построения в колонну друг за другом.	1			Тематический
31.	Совершенствование построения в шеренгу по сигналу.	1			Текущий
32.	Обучение построению в шеренгу по росту.	1			Текущий
33.	Обучение построению в колонну по росту.	1			Текущий
34.	Ходьба по детской сенсорной тропе.	1			Тематический
35.	Обучение ходьбе на носочках.	1			Текущий
36.	Закрепление умения двигаться под музыку.	1			Текущий
37.	Упражнять в чередовании бега и ходьбы.	1			Текущий
38.	Обучение бегу на носках. Обучение бегу между линиями.	1			Тематический
39.	Обучение бегу по игровой дорожке.	1			Текущий

40.	Обучение прыжкам в высоту с места.	1			Текущий
41.	Обучение прыжкам в высоту на надувных гимнастических матах.	1			Текущий
42.	Обучение прыжкам на надувном шаре (фитболе).	1			Текущий
43.	Упражнения в метании мячей малого размера в вертикальную цель.	1			Тематический
44.	Упражнения в метании мячей малого размера в горизонтальную цель.	1			Текущий
45.	Обучение лазанию по лесенке-стремянке со страховкой.	1			Тематический
46.	Обучение лазанию на лесенку-стремянку с поддержкой.	1			Текущий
47.	Подвижная игра с бегом: « По тропинке».	1			Тематический
48.	Подвижная игра с прыжками: « Мой веселый звонкий мяч».	1			Тематический
49.	Дыхательные упражнения с имитационными движениями.	1			Тематический
50.	Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки, под счет.	1			Текущий
51.	Упражнения в грудном, брюшном, и полном дыхании: на спине, стоя, сидя.	1			Текущий
52.	Совершенствование построения в шеренгу по сигналу	1			Тематический
53.	Обучение построению в шеренгу по росту.	1			Текущий
54.	Обучение построению в колонну по росту.	1			Текущий
55.	Ходьба по дорожкам из ковровина, по детской сенсорной тропе.	1			Тематический
56.	Обучение ходьбе на носочках.	1			Текущий
57.	Закрепление умения двигаться под музыку.	1			Текущий
58.	Движение под музыку с проговариванием слов, стихов.	1			Текущий
59.	Обучение бегу парами.	1			Тематический
60.	Бег в медленном темпе и с ускорением.	1			Текущий

61.	Бег по дорожке, приподнятой над полом.	1			Текущий
62.	Обучение прыжкам через два- три предмета.	1			Тематический
63.	Обучение прыжкам на двух ногах со сменой ног.	1			Текущий
64.	Обучение прыжкам с хлопками над головой.	1			Текущий
65.	Игровые упражнения с игровой трубой « Перекати поле», шариками в сухом бассейне.	1			Тематический
66.	Обучение отбиванию мяча от пола и ловле его после отскока.	1			Тематический
67.	Игра «Бросай-ка».	1			Тематический
68.	Закрепление умения ползать на животе с поворотом.	1			Тематический
69.	Упражнение в ползании на четвереньках.	1			Тематический
70.	Стимулирование желания учащихся самостоятельно играть в сухом бассейне.	1			Тематический
71.	Стимулирование желания учащихся самостоятельно играть в сухом бассейне.	1			Текущий
72.	Подвижная игра с бросанием и ловлей: « Мячи в корзину».	1			Тематический
73.	Совершенствование строевых упражнений в форме подвижных игр.	1			Текущий
74.	Веселая эстафета. Спортфест.	1			Тематический
75.	Босохождение по разным коврикам и мокрой ткани.	1			Тематический
76.	Босохождение по разным коврикам и мокрой ткани.	1			Текущий
77.	Прокатывание мяча левой и правой ногой.	1			Тематический
78.	Закатывание мяча в ворота.	1			Текущий
79.	Упражнения на регулировку дыхания в ходьбе.	1			Тематический
80.	Обучение построению в шеренгу по росту.	1			Тематический
81.	Обучение построению из шеренги в колонну.	1			Текущий

82.	Обучение перестроению из колонны в шеренгу.	1			Текущий
83.	Обучение построению в колонну по одному, перестроению в колонну по два.	1			Текущий
84.	Обучение ходьбе на носочках.	1			Тематический
85.	Закрепление умения двигаться под музыку.	1			Текущий
86.	Ходьба под заданный ритм.	1			Текущий
87.	Дальнейшее обучение бегу между предметами змейкой.	1			Тематический
88.	Дальнейшее обучение бегу между мягкими модулями змейкой.	1			Текущий
89.	Дальнейшее обучение бегу между кеглями змейкой.	1			Текущий
90.	Обучение перепрыгиванию через веревочку.	1			Тематический
91.	Обучение перепрыгиванию через линию.	1			Текущий
92.	Прыжки на одной, двух ногах.	1			Тематический
93.	Игровые упражнения с игровой трубой «Перекасти поле», шариками в сухом бассейне.	1			Тематический
94.	Обучение отбиванию мяча от пола и ловле его после отскока.	1			Тематический
95.	Стимулирование желания учащихся самостоятельно играть в сухом бассейне.	1			Текущий
96.	Стимулирование желания учащихся самостоятельно играть в сухом бассейне.	1			Текущий
97.	Подвижная игра с бегом: «Через ручеек».	1			Тематический
98.	Подвижная игра с прыжками и бегом.	1			Тематический
99.	Босохождение по разным коврикам и мокрой ткани.	1			Тематический
100.	Босохождение по разным коврикам и мокрой ткани.	1			Текущий
101.	Прокатывание мяча левой и правой ногой.	1			Тематический
102.	Закатывание мяча в лунку, в воротца.	1			Текущий

Итого	102	
-------	-----	--

6 класс

№ урока	Тема раздела, урока	Кол-во часов	Планируемая дата	Фактическая дата	Контроль
1.	Упражнения формирующие правильное дыхание.	1			Тематический
2.	Упражнения на согласование дыхания и движения.	1			Текущий
3.	Упражнения в грудном, брюшном, и полном дыхании: лежа на спине, стоя, сидя.	1			Текущий
4.	Дыхательные упражнения формирующие навык произвольного изменения глубины и темпа дыхания в соответствии с характером движений.	1			Текущий
5.	Упражнение в построении в шеренгу.	1			Тематический
6.	Упражнение в построении в колонну по парам.	1			Текущий
7.	Упражнение в построении в колонну по одному.	1			Текущий
8.	Закрепление навыков хождения в заданном направлении.	1			Тематический
9.	Закрепление навыков хождения, держась за руки.	1			Текущий
10.	Закрепление навыков хождения, с перешагиванием предметов.	1			Текущий
11.	Ходьба между предметами и по извилистой дорожке	1			Текущий
12.	Бег по сигналу вслед за направляющим.	1			Тематический
13.	Бег в заданном направлении.	1			Текущий
14.	Бег с преодолением препятствий.	1			Текущий
15.	Обучение учащихся прыжкам на двух ногах.	1			Тематический
16.	Обучение учащихся прыжкам вперед на двух ногах.	1			Текущий

17.	Обучение прыжкам в длину с места на расстоянии.	1			Текущий
18.	Формирование умений учащихся прокатывать мяч, обруч двумя руками друг другу.	1			Тематический
19.	Формировать умение бросать и ловить мяч.	1			Текущий
20.	Формировать умение перебрасывать мяч через сетку	1			Текущий
21.	Ползание на животе по прямой с поворотом.	1			Тематический
22.	Ползание на четвереньках в заданном направлении с поворотом.	1			Текущий
23.	Ползание по прямой линии по указанному жесту учителя с поворотом.	1			Текущий
24.	Перелезание через незначительные препятствия.	1			Текущий
25.	Подвижная игра с бегом: «Лови меня»	1			Тематический
26.	Подвижная игра с прыжками: «Подпрыгни до ладошки».	1			Тематический
27.	Элементы спортивных игр и спортивных упражнений.	1			Тематический
28.	Упражнения на изменение длительности вдоха и выдоха.	1			Тематический
29.	Упражнения на регулировку дыхания в ходьбе.	1			Текущий
30.	Совершенствование построения в колонну друг за другом.	1			Тематический
31.	Совершенствование построения в шеренгу по сигналу.	1			Текущий
32.	Обучение построению в шеренгу по росту.	1			Текущий
33.	Ориентировка в пространстве помещения.	1			Текущий
34.	Ходьба по детской сенсорной тропе.	1			Тематический
35.	Обучение ходьбе на носочках.	1			Текущий
36.	Закрепление умения двигаться под музыку.	1			Текущий
37.	Упражнять в чередовании бега и ходьбы.	1			Текущий
38.	Обучение бегу на носках. Обучение бегу между линиями.	1			Тематический

39.	Упражнения на формирование правильной осанки.	1			Текущий
40.	Обучение прыжкам в высоту с места.	1			Текущий
41.	Обучение прыжкам в высоту на надувных гимнастических матах.	1			Текущий
42.	Обучение прыжкам на надувном шаре (фитболе).	1			Текущий
43.	Упражнения в метании мячей малого размера в вертикальную цель.	1			Тематический
44.	Упражнения в метании мячей малого размера в горизонтальную цель.	1			Текущий
45.	Обучение лазанию по лесенке-стремянке со страховкой.	1			Тематический
46.	Обучение лазанию на лесенку-стремянку с поддержкой.	1			Текущий
47.	Подвижная игра с бегом: « По тропинке».	1			Тематический
48.	Подвижная игра с прыжками: « Мой веселый звонкий мяч».	1			Тематический
49.	Дыхательные упражнения с имитационными движениями.	1			Тематический
50.	Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопок, под счет.	1			Текущий
51.	Упражнения в грудном, брюшном, и полном дыхании: на спине, стоя, сидя.	1			Текущий
52.	Совершенствование построения в шеренгу по сигналу	1			Тематический
53.	Обучение построению в шеренгу по росту.	1			Текущий
54.	Обучение построению в колонну по росту.	1			Текущий
55.	Ходьба по дорожкам из ковров, по детской сенсорной тропе.	1			Тематический
56.	Обучение ходьбе на носочках.	1			Текущий
57.	Закрепление умения двигаться под музыку.	1			Текущий
58.	Движение под музыку с проговариванием слов, стихов.	1			Текущий
59.	Обучение бегу парами.	1			Тематический
60.	Бег в медленном темпе и с ускорением.	1			Текущий

61.	Бег по дорожке, приподнятой над полом.	1			Текущий
62.	Обучение прыжкам через два- три предмета.	1			Тематический
63.	Обучение прыжкам на двух ногах со сменой ног.	1			Текущий
64.	Обучение прыжкам с хлопками над головой.	1			Текущий
65.	Игровые упражнения с игровой трубой «Перекасти поле», шариками в сухом бассейне.	1			Тематический
66.	Обучение отбиванию мяча от пола и ловле его после отскока.	1			Тематический
67.	Игра «Бросай-ка».	1			Тематический
68.	Закрепление умения ползать на животе с поворотом.	1			Тематический
69.	Упражнение в ползании на четвереньках.	1			Тематический
70.	Стимулирование желания учащихса самостоятельно играть в сухом бассейне.	1			Тематический
71.	Стимулирование желания учащихса самостоятельно играть в сухом бассейне.	1			Текущий
72.	Подвижная игра с бросанием и ловлей: «Мячи в корзину».	1			Тематический
73.	Совершенствование строевых упражнений в форме подвижных игр.	1			Текущий
74.	Веселая эстафета. Спортфест.	1			Тематический
75.	Босохождение по разным коврикам и мокрой ткани.	1			Тематический
76.	Босохождение по разным коврикам и мокрой ткани.	1			Текущий
77.	Прокатывание мяча левой и правой ногой.	1			Тематический
78.	Закатывание мяча в воротаца.	1			Текущий
79.	Упражнения на регулировку дыхания в ходьбе.	1			Тематический
80.	Обучение построению в шеренгу по росту.	1			Тематический
81.	Обучение перестроению из шеренги в колонну.	1			Текущий
82.	Обучение перестроению из колонны в шеренгу.	1			Текущий

83.	Обучение построение в колонну по одному, перестроению в колонну по два.	1			Текущий
84.	Обучение ходьбе на носочках.	1			Тематический
85.	Закрепление умения двигаться под музыку.	1			Текущий
86.	Ходьба под заданный ритм.	1			Текущий
87.	Дальнейшее обучение бегу между предметами змейкой.	1			Тематический
88.	Дальнейшее обучение бегу между мягкими модулями змейкой.	1			Текущий
89.	Дальнейшее обучение бегу между кеглями змейкой.	1			Текущий
90.	Обучение перепрыгиванию через веревочку.	1			Тематический
91.	Обучение перепрыгиванию через линию.	1			Текущий
92.	Прыжки на одной, двух ногах.	1			Тематический
93.	Игровые упражнения с игровой трубой «Перекасти поле», шариками в сухом бассейне.	1			Тематический
94.	Обучение отбиванию мяча от пола и ловле его после отскока.	1			Тематический
95.	Стимулирование желаний учащихся самостоятельно играть в сухом бассейне.	1			Текущий
96.	Стимулирование желаний учащихся самостоятельно играть в сухом бассейне.	1			Текущий
97.	Подвижная игра с бегом: «Через ручеек».	1			Тематический
98.	Подвижная игра с прыжками и бегом.	1			Тематический
99.	Босохождение по разным коврикам и мокрой ткани.	1			Тематический
100.	Элементы спортивных игр и спортивных упражнений.	1			Текущий
101.	Прокатывание мяча левой и правой ногой.	1			Тематический
102.	Закатывание мяча в лунку, в ворота.	1			Текущий
	Итого	102			

№ урока	Тема раздела, урока	Кол-во часов	Планируемая дата	Фактическая дата	Контроль
1.	Дыхательные упражнения. Дыхательные упражнения с нагрузкой.	1			Тематический
2.	Дыхательные упражнения под хлопки, под счет.	1			Текущий
3.	Упражнения в грудном, брюшном, и полном дыхании, на спине, стоя, сидя.	1			Текущий
4.	Дыхательные упражнения с нагрузкой.	1			Текущий
5.	Построение и перестроение. Упражнения в построении парами.	1			Тематический
6.	Упражнения в построении по одному в ряд.	1			Текущий
7.	Формировать умение осуществлять повороты в колонне, в кругу, в шеренге.	1			Текущий
8.	Ходьба и упражнения в равновесии. Закрепление навыков хождения.	1			Тематический
9.	Закрепление навыков хождения, гимнастическим и приставным шагом.	1			Текущий
10.	Закрепление навыков хождения, с перешагиванием предметов.	1			Текущий
11.	Ходьба между предметами и по извилистой дорожке.	1			Текущий
12.	Бег. Бег по сигналу велед за направляющим.	1			Тематический
13.	Бег в колонне по одному и парами.	1			Текущий
14.	Бег с преодолением препятствий.	1			Текущий
15.	Прыжки. Обучение учащихся прыжкам на двух ногах вправо- влево.	1			Тематический
16.	Обучение учащихся прыжкам на одной, затем на двух ногах.	1			Текущий
17.	Обучение прыжкам в длину с места на расстояние.	1			Текущий
18.	Бросание, ловля, метание. Формирование умений учащихся прокатывать мяч, обруч друг другу.	1			Тематический
19.	Формировать умение бросать и ловить мяч.	1			Текущий
20.	Формировать умение перебрасывать мяч через сетку и отбивать его обратно.	1			Текущий
21.	Ползание и лазание по гимнастической скамейке.	1			Тематический
22.	Ползание на четвереньках в заданном направлении с поворотом.	1			Текущий
23.	Обучение приемам ползания по гимнастической скамейке,	1			Текущий

	подтягиваясь на руках и отталкиваясь ногами.							
24.	Перелезание через незначительные препятствия и мягкие модули.	1						Текущий
25.	Элементы спортивных игр и спортивных упражнений. Баскетбол по упрощенным правилам.	1						Тематический
26.	Перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди в движении.	1						Текущий
27.	Ловля мяча, летящего на разной высоте и с разных сторон.	1						Текущий
28.	Дыхательные упражнения. Упражнения на изменение длительности вдоха и выдоха.	1						Тематический
29.	Упражнения на регулировку дыхания в ходьбе.	1						Текущий
30.	Построения и перестроения. Совершенствование построения в колонну друг за другом.	1						Тематический
31.	Совершенствование построения в шеренгу по сигналу.	1						Текущий
32.	Повороты в углах зала во время движения.	1						Текущий
33.	Ориентировка в пространстве помещения.	1						Тематический
34.	Ходьба и упражнения в равновесии. Ходьба с предметом в руках, с предметом на голове.	1						Тематический
35.	Обучение ходьбе на носочках, скрестным шагом, «змейкой».	1						Тематический
36.	Упражнения на формирование правильной осанки.	1						Тематический
37.	Бег. Упражнять в чередовании бега и ходьбы. Обучение бегу в колонне по одному.	1						Тематический
38.	Обучение бегу на носках. Обучение бегу между линиями.	1						Текущий
39.	Стимулирование желания учащихся бегать с преодолением препятствий.	1						Текущий
40.	Прыжки. Обучение прыжкам в высоту с места.	1						Тематический
41.	Обучение прыжкам в высоту на гимнастических матах.	1						Текущий
42.	Обучение прыжкам на надувном шаре (фитболе).	1						Текущий
43.	Бросание, ловля, метание. Упражнения в метании мячей в цель.	1						Тематический
44.	Упражнения в метании мячей в горизонтальную цель.	1						Текущий
45.	Ползание и лазание. Обучение лазанию по лесенке-стремянке со страховкой.	1						Тематический
46.	Обучение лазанию на шведскую стенку с поддержкой.	1						Текущий
47.	Обучение выполнять удар по волану, правильно держать ракетку.	1						Тематический
48.	Обучение выполнять удар по волану, перебрасывать его на сторону	1						Текущий

	партнера без сетки.								
49.	Обучение учащихся, попадать мячом в лунку- цель.		1						Текущий
50.	Закатывание мяча в лунку, в ворота.		1						Текущий
51.	Обучение учащихся прокатыванию мяча от линии броска.		1						Тематический
52.	Дыхательные упражнения. Элементы спортивных игр.		1						Тематический
53.	Дыхательные упражнения под хлопки, под счет.		1						Текущий
54.	Упражнения в грудном, брюшном, и полном дыхании: на спине, стоя, сидя.		1						Текущий
55.	Построения и перестроения. Совершенствование построения в шеренгу и равнению при построении.		1						Тематический
56.	Обучение построению в шеренгу по росту, понятие: лево, право.		1						Текущий
57.	Обучение построению в колонну по росту влево и вправо.		1						Текущий
58.	Ходьба и упражнения в равновесии. Ходьба обычным, гимнастическим, приставным шагом.		1						Тематический
59.	Обучение ходьбе приставным шагом по шнуру, линии.		1						Текущий
60.	Закрепление умения двигаться под музыку на полной стопе, на носках.		1						Текущий
61.	Движение под музыку с проговариванием слов, стихов.		1						Текущий
62.	Бег. Обучение бегу с ускорением и замедлением.		1						Тематический
63.	Бег в медленном темпе от стартовой линии.		1						Текущий
64.	Бег по дорожке, приподнятой над полом.		1						Текущий
65.	Прыжки. Обучение прыжкам через два- три предмета .		1						Тематический
66.	Обучение прыжкам на двух ногах с поворотом, со сменой ног.		1						Текущий
67.	Обучение впрыгиванию на предмет и спрыгиванию с него.		1						Текущий
68.	Бросание, ловля, метание. Игровые упражнения с мячами.		1						Тематический
69.	Обучение отбиванию мяча от пола и ловле его после отскока.		1						Текущий
70.	Учить бросать пластмассовые летающие тарелки.		1						Тематический
71.	Ползание и лазанье. Закрепление умения ползать на животе с поворотом.		1						Тематический
72.	Упражнения в движении на четвереньках.		1						Тематический
73.	Стимулирование желания учащихся самостоятельно играть в сухом бассейне.		1						Тематический
74.	Стимулирование желания учащихся самостоятельно играть в сухом бассейне.		1						Текущий



98.	Элементы спортивных игр и спортивных упражнений.	1			Тематический
99.	Обучение учащихся выбивать мячом другие мячи из зоны- цели.	1			Текущий
100.	Обучение метанию пластмассовых летающих тарелок.	1			Текущий
101.	Обучение выполнять удар по волану, правильно держать ракетку, перебрасывать его на сторону партнера через сетку.	1			Тематический
102.	Обучение выполнять удар по волану, правильно держать ракетку.	1			Текущий
Итого		102			

