

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 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 | | |

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 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 | 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 учащихся 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 поскакам 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 (кулатся, 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. | 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 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 назначительные 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 ворота. | 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. | Упражнения 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 |

| | | | | | | | |
|-----|---|---|--|--|--|--|--------------|
| | бассейне. | | | | | | Тематический |
| 75. | Элементы спортивных игр и спортивных упражнений. Футбол по упрощённой схеме. | 1 | | | | | Тематический |
| 76. | Учить отбиванию мяча правой и левой ногой, стоя на месте. | 1 | | | | | Текущий |
| 77. | Уточнение с учащимися представлений о цвете, величине мячей. | 1 | | | | | Тематический |
| 78. | Отработка техники броска: броски мяча снизу-вверх, прокатывание мячей по полу. | 1 | | | | | Тематический |
| 79. | Дыхательные упражнения. Упражнения на регулировку дыхания в ходьбе. | 1 | | | | | Тематический |
| 80. | Построения и перестроения. Построение в колонне по одному, парами, по кругу. Выполнение поворотов в углах зала. | 1 | | | | | Тематический |
| 81. | Обучение перестроению из шеренги в колонну. | 1 | | | | | Текущий |
| 82. | Обучение перестроению из колонны в шеренгу. | 1 | | | | | Текущий |
| 83. | Обучение ходьбе приставным шагом в сторону на пятках. | 1 | | | | | Текущий |
| 84. | Ходьба и упражнения в равновесии. | 1 | | | | | Текущий |
| 85. | Ходьба и упражнения в равновесии. Обучение ходьбе приставным шагом по шнуру. | 1 | | | | | Тематический |
| 86. | Ходьба по тренажерам. | 1 | | | | | Текущий |
| 87. | Ходьба по тренажерам под заданный ритм. | 1 | | | | | Текущий |
| 88. | Бег. Дальнейшее обучение бегу между предметами змейкой. | 1 | | | | | Тематический |
| 89. | Обучение бегу на расстояние широким шагом. | 1 | | | | | Тематический |
| 90. | Дальнейшее обучение бегу на тренажерах. | 1 | | | | | Тематический |
| 91. | Прыжки. Обучение перепрыгиванию через веревочку. | 1 | | | | | Тематический |
| 92. | Обучение перепрыгиванию через линию, веревочку. | 1 | | | | | Тематический |
| 93. | Прыжки на месте и с места. | 1 | | | | | Текущий |
| 94. | Бросание, ловля, метание. Игровые упражнения с игровой трубой «Перекасти поле», шариками в сухом бассейне. | 1 | | | | | Тематический |
| 95. | Ходьба по тренажерам. | 1 | | | | | Текущий |
| 96. | Ползание и лазание. Стимулирование желания учащихся влезать на гимнастическую стенку со страховкой. | 1 | | | | | Текущий |
| 97. | Стимулирование желания учащихся влезать на гимнастическую стенку со страховкой. | 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 | | | |

