

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Свердловская область**  
**Талицкий район**  
**МКОУ "Пионерская СОШ"**

РАССМОТРЕНО

Руководитель ШМО

СОГЛАСОВАНО

Зам. директор по УР

УТВЕРЖДЕНО

Директор

---

Васильева А.Р.  
приказ 2808-1  
от «28» 08 2025 г.

---

Васильева С.В.  
приказ 2808-1  
от «28» 08 2025 г.

---

Рычков Н.А.  
приказ 2808-1  
от «28» 08 2025 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по учебному предмету

**«Адаптивная физическая культура»**

для обучающихся с интеллектуальными нарушениями

**для 4 класса**

**Вариант 1**

кол-во часов в неделю - 2; кол-во часов в год – 68

## **I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с нарушением интеллекта (далее ФАООП УО, вариант (1), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. № 1026 (<https://clck.ru/33NMkR>) и адресована обучающимся с нарушением интеллекта с учетом реализации особых образовательных потребностей.

Учебный предмет «Адаптивная физическая культура» относится к предметной области «Физическая культура» и является обязательной частью учебного плана. В соответствии с учебным планом рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 4 классе рассчитана на 34 учебные недели и составляет 102 часов в год (2 часа в неделю).

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

Цель обучения – всестороннее развитие личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в процессе приобщения их к физической культуре, коррекция недостатков психофизического развития, расширение индивидуальных двигательных возможностей, социальной адаптации.

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 4 классе определяет следующие задачи:

- формирование элементарных знаний о распорядке дня, личной гигиене;
- формирование умения выполнять комплекс утренней гимнастики;
- формирование умения подавать команды при сдаче рапорта, выполнять команды в строю, соблюдать дистанцию при перестроениях;
- формирование умения принимать правильную осанку;
- формирование умения ходить в различном темпе с различными исходными положениями рук;
- формирование умения перелезать через препятствия и подлезать под них различными способами в зависимости от высоты;
- формирование умения переносить несколько набивных мячей;
- формирование умения сохранять равновесие на гимнастической скамейке в упражнениях с предметами и в парах, выполнять вис на канате;
- формирование умения координировать движения рук и ног в попеременном двухшажном ходе;
- формирование умения преодолевать спуск в высокой стойке на склоне, преодолевать на лыжах дистанцию до 0,8 км;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений.

## II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

Урочные занятия по «Адаптивной физической культуре» осуществляются при использовании различных методов:

- формирования знаний (методы слова (информация речевого воздействия) и методы наглядности (информация перцептивного воздействия);
- обучения двигательным действиям (дробление и последовательное освоение частей целостного упражнения);
- развития физических качеств и способностей (для развития скоростных качеств (быстроты) — повторный, игровой, вариативный (контрастный), сенсорный методы;
- для развития выносливости — равномерный, переменный, повторный, игровой методы;
- для развития координационных способностей- элементы новизны в изучаемом физическом упражнении (изменение исходного положения, направления, темпа, усилий, скорости, амплитуды, привычных условий и др.);
- симметричные и асимметричные движения;
- релаксационные упражнения, смена напряжения и расслабления мышц;
- упражнения на реагирующую способность (сигналы разной модальности на слуховой и зрительный аппарат);
- упражнения на раздражение вестибулярного аппарата (повороты, наклоны, вращения, внезапные остановки, упражнения на ограниченной, повышенной или подвижной опоре);
- упражнения на точность различения мышечных усилий, временных отрезков и расстояния (использование тренажеров для «прочувствования» всех параметров движения, предметных или символических ориентиров, указывающих направление, амплитуду, траекторию, время движения, длину и количество шагов);
- упражнения на дифференцировку зрительных и слуховых сигналов по силе, расстоянию, направлению;
- воспроизведение заданного ритма движений (под музыку, голос, хлопки и т. п.);
- пространственная ориентация на основе кинестетических, тактильных, зрительных, слуховых ощущений (в зависимости от сохранности сенсорных систем);
- упражнения на мелкую моторику кисти (жонглирование предметами, пальчиковая гимнастика и др.);
- парные и групповые упражнения, требующие согласованности совместных действий.

Эффективным методом комплексного развития физических качеств, координационных способностей, эмоционально-волевой и психической сферы лиц с ограниченными возможностями являются следующие методы:

- игровой
- воспитания личности;
- взаимодействия педагога и обучающихся.

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

С учетом каждого региона вместо лыжной подготовки проводятся занятия на открытом воздухе: гимнастика, легкая атлетика, игры; катание на коньках.

#### 4 КЛАСС

№ п/ п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательны е ресурсы
		Всег о	Контрольны е работы	Практически е работы	
Раздел 1.Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	2			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		2			
Раздел 2.Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Самостоятельна я физическая подготовка	2			Поле для свободного ввода
2.2	Профилактика предупреждени я травм и оказание первой помощи при их возникновении	2			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		4			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1.Оздоровительная физическая культура					
1.1	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1			Поле для свободного ввода
1.2	Закаливание организма	1			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		2			
Раздел 2.Спортивно-оздоровительная физическая культура					

2.1	Гимнастика с основами акробатики	12			Поле для свободного ввода
2.2	Легкая атлетика	10			Поле для свободного ввода
2.3	Лыжная подготовка	12			Поле для свободного ввода
2.4	Плавательная подготовка	12			Поле для свободного ввода
2.5	Подвижные и спортивные игры	12			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		58			
Раздел 3.Прикладно-ориентированная физическая культура					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	2			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		2			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0	

### III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

#### Личностные результаты

- принятие, освоение социальной роли обучающегося и мотивирование на занятие физической культурой, посещение кружков и участие в спортивно-оздоровительных мероприятиях в школе;
- сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в соревновательной и игровой деятельности;
- проявление социально значимых мотивов учебной деятельности.

#### Уровни достижения

#### предметных результатов по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» на конец 4 класса

#### Предметные результаты

##### минимальный уровень

- иметь представления о физической культуре как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- выполнять комплексы утренней гимнастики под руководством учителя;

- знать основные правила поведения на уроках физической культуры и осознанно их применять;
- выполнять несложные упражнения по словесной инструкции при выполнении строевых команд;
- иметь представления о двигательных действиях;
- знать основные строевые команды;
- производить подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- ходить в различном темпе с различными исходными положениями;
- взаимодействовать со сверстниками в организации и проведении подвижных игр, элементов соревнований;
- участвовать в подвижных играх и эстафетах под руководством учителя;
- знать правила бережного обращения с инвентарём и оборудованием;
- соблюдать требования техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

#### *достаточный уровень*

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

***Примерные планируемые результаты формирования базовых учебных действий (БУД):***

### *Личностные учебные действия:*

В учебных и внеучебных ситуациях:

- осознает себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга;
- способен к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- положительно относится к окружающей действительности, готов к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию;
- стоит свое поведение исходя из целостного социально ориентированного взгляда на мир в единстве его природной и социальной частей;
- демонстрирует самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей;
- понимает личную ответственность за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в современном обществе;
- готов к безопасному и бережному поведению в природе и обществе.

### *Коммуникативные учебные действия:*

По собственной инициативе может:

- вступать в контакт и работать в коллективе (учитель–ученик, ученик–ученик, ученик–класс, учитель–класс);
- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
- обращаться за помощью и принимать помощь;
- слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;
- сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми;
- договариваться и изменять свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях взаимодействия с окружающими.

### *Регулятивные учебные действия:*

В знакомых и понятных ситуациях самостоятельно может:

- адекватно соблюдать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. д.);
- принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;
- активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;
- соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать ее с учетом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учетом выявленных недочетов.

### *Познавательные учебные действия:*

По словесной инструкции учителя или предложенной опорной схеме может:

- выделять некоторые существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов;
- устанавливать видо-родовые отношения предметов;
- делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;
- пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями;
- читать; писать; выполнять арифметические действия;
- наблюдать за предметами и явлениями окружающей действительности;
- работать с несложной по содержанию и структуре информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу, предъявленных на бумажных и электронных и других носителях).



#### IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Тема предмета	Кол-во часов	Программное содержание	Дифференциация видов деятельности	
				Минимальный уровень	Достаточный уровень
Легкая атлетика– 17 часов					
1	Предупреждение травм во время занятий	1	Беседа о соблюдение техники безопасности во время выполнения упражнений. Переодевание в спортивную форму и обувь на урок. Выполнение 3-4 упражнений утренней гимнастики. Игра по выбору детей	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорных поощрений). Готовятся к уроку, опираясь на образец выполнения обучающегося 2 группы. Участвуют в подвижной игре по инструкции и показу учителя	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу целыми предложениями. Самостоятельно готовятся к уроку. Выполняют упражнения по показу обучающегося. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
2	Понятия предварительной и исполнительной командах	1	Построение в шеренгу. Определение видов команд. Повторение строевых действий в соответствии с командой. Бег в медленном темпе в колонне по одному. Выполнение комплекса утренней гимнастики. Выполнение прыжков на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в	Выполняют построение по показу учителя. Зрительно воспринимают образец выполнения и соотносят с голосовым (звуковым) сигналом предварительную и исполнительную команды. Выполняют медленный бег за наиболее физически развитым обучающимся из 2 группы,	Выполняют построения и перестроения по сигналу учителя. Ориентируются на образец выполнения предварительной и исполнительной команд. Выполняют медленный бег. Прыгают на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в

			стороны. Коррекционная игра	ориентируясь на его пример. Прыгают на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в стороны. Участвуют в игре по инструкции учителя	стороны. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
3	Ходьба в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук	1	Выполнение построения в шеренгу и сдача рапорта дежурным. Закрепление ходьбы, сохраняя правильное положение тела. Выполнение комплекса утренней гимнастики. Выполнение бега в медленном темпе 80-100 м. Выполнение прыжков через шнур, начерченную линию. Подвижная игра с бросанием мяча	Выполняют построение по показу учителя. Выполняют ходьбу (под контролем учителя). Выполняют общеразвивающие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя. Выполняют медленный бег за наиболее физически развитым обучающимся из 2 группы, ориентируясь на его пример. Осваивают и используют игровые умения	Выполняют построение по сигналу учителя. Осваивают и выполняют ходьбу в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук. Выполняют общеразвивающие упражнения после показа учителя. Выполняют медленный бег. Осваивают и используют игровые умения
4	Ходьба в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук	1			
5	Бег с изменением темпа	1	Выполнение сдачи рапорта. Закрепление выполнения	Выполняют строевые действия по пошаговой/	Выполняют по показу учителя упражнения для

			бега в колонне правильно держа туловище, работая руками, ставя стопу на носок, свободно двигаясь. Выполнение общеразвивающих упражнений со скакалкой. Коррекционная игра	позапной инструкции педагога. Удерживают правильное положение тела во время бега (с помощью учителя, при необходимости пошаговая инструкция учителя). Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения с предметом по показу. Участвуют в игре по инструкции учителя	развития переключаемости движений. Удерживают правильное положение тела во время бега. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения с предметом. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
6	Прыжки на месте, с продвижением вперед, в сторону, назад на одной ноге	1	Выполнение медленного бега с сохранением правильной осанки. Выполнение общеразвивающих упражнений с малыми мячами. Выполнение прыжков на одной ноге на месте и с продвижением. Метание мяча в цель. Подвижная игра с элементами бега и ведением и бросками волейбольного мяча	Удерживают правильное положение тела во время бега (пооперационный контроль выполнения действий). Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения с предметом по показу. Осваивают и используют игровые умения	Удерживают правильное положение тела во время бега. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения с предметом. Осваивают и используют игровые умения
7	Беговые упражнения	1	Выполнение ходьбы с	Выполняют ходьбу с	Выполняют ходьбу с

			изменением скорости. Выполнение бега в заданном направлении. Ознакомление с названием беговых упражнений и их выполнение. Эстафета с бегом	изменением скорости. Выполняют различные виды бега: на носках, с высоким подниманием бедра и захлестыванием голени назад. Осваивают беговые упражнения выполняя на уменьшенном расстоянии. Участвуют в соревновательной деятельности	изменением скорости. Выполняют различные виды бега: на носках, с высоким подниманием бедра и захлестыванием голени назад. Выполняют беговые упражнения. Участвуют в соревновательной деятельности
8	Прыжки с ноги на ногу до 10-15 м	1	Выполнение ходьбы на носках, на пятках. Выполнение бега в среднем темпе с переходом на ходьбу. Выполнение многоскоков. Подвижная игра на передачу мячей в колоннах	Выполняют ходьбу в умеренном темпе на носках, на пятках. Перепрыгивают с ноги на ногу на отрезках. Осваивают и используют игровые умения	Выполняют ходьбу в умеренном темпе на носках, на пятках. Перепрыгивают с ноги на ногу на отрезках. Осваивают и используют игровые умения
9	Ускорения до 30 м	1	Выполнение ходьбы перекатом с пятки на носок. Чередование бега и ходьбы на расстоянии. Повторение низкого старта, пробегание с максимально возможной скоростью и по возможности не снижение ее до финиша. Коррекционная подвижная	Выполняют ходьбы перекатом с пятки на носок. Выполняют бег с низкого старта. Участвуют в игре по инструкции учителя	Выполняют ходьбы перекатом с пятки на носок. Выполняют бег с низкого старта. Играют в подвижную игру после инструкции учителя

			игра		
10	Прыжки через скакалку на двух, на одной ноге	1	Выполнение ходьбы с различным положением рук. Выполнение беговых упражнений. Пробегание под скакалкой, перешагивание, перепрыгивание с одной ноги на другую, перепрыгивание на двух ногах через медленно вращающуюся скакалку вперед, с промежуточным подскоком. Подвижная игра с элементами общеразвивающих упражнений	Выполняют ходьбу с различным положением рук по показу и инструкции учителя. Выполняют прыжки через скакалку на двух ногах. Участвуют в игре по инструкции учителя	Выполняют ходьбу с различным положением рук по показу и инструкции учителя. Выполняют прыжки через скакалку на двух, на одной ноге. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
11	Бег с преодолением простейших препятствий	1	Выполнение ходьбы с изменением направлений по ориентирам и командам учителя. Выполнение бега с преодолением простейших препятствий. Подвижная игра с метанием	Выполняют ходьбу с изменением направлений по ориентирам и командам учителя. Выполняют бег с преодолением простейших препятствий. Осваивают и используют игровые умения	Выполняют ходьбу с изменением направлений по ориентирам и командам учителя. Выполняют бег с преодолением простейших препятствий. Осваивают и используют игровые умения
12	Челночный бег 3х10 м	1	Выполнение ходьбы с перешагиванием через	Выполняют ходьбу с перешагиванием через	Выполняют ходьбу с перешагиванием через

			большие мячи с высоким подниманием бедра. Выполнение беговых упражнений. Выполнение челночного бега, демонстрацию техники высокого старта. Метание мячей с места левой и правой рукой	большие мячи с высоким подниманием бедра по показу учителя. Выполняют челночный бег 3x10 м. Выполняют метание мячей с места левой и правой рукой	большие мячи с высоким подниманием бедра по инструкции учителя. Выполняют челночный бег 3x10 м. Метают мячи с места левой и правой рукой
13	Прыжок в глубину	1	Выполнение ходьбы в медленном и быстром темпе. Выполнение медленного бега. Выполнение прыжка технически правильно, отталкиваясь и приземляясь. Выполнение беговых упражнений. Метание с места в горизонтальную цель	Выполняют ходьбу в медленном и быстром темпе. Выполняют прыжки после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий), прыгают на двух ногах на месте. Осваивают метание с места в горизонтальную цель, ориентируясь на образец выполнения	Выполняют ходьбу в медленном и быстром темпе. Выполняют прыжки после инструкции и показа учителя. Выполняют метание с места в горизонтальную цель
14	Прыжок с 3-5 беговых шагов в длину с разбега	1	Выполнение ходьбы с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями. Выполнение непрерывного бега в среднем темпе.	Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями по показу учителя. Прыгают в длину с небольшого разбега.	Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими движениями. Прыгают с небольшого разбега в длину. Выполняют

			Демонстрирование техники прыжка с разбега: правильно разбегаясь, сильно отталкиваясь и мягко приземляясь. Метание с места в вертикальную цель	Выполняют метание после инструкции и неоднократного показа учителя	метание после инструкции и показа учителя
15	Бросок набивного мяча (вес до 1 кг) различными способами двумя руками	1	Ходьба со сменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т.д. Выполнение быстрого бега на скорость. Определение названия мяча, какие качества развивают упражнения с этим мячом. Выполнение броска, согласовывая движения рук и туловища	Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения обучающего 2 группы или учителя. Бросают набивной мяч из различных исходных положений меньшее количество раз	Выполняют ходьбу со сменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т.д. Бросают набивной мяч из различных исходных положений
16	Чередование бега и быстрой ходьбы	1	Выполнение ходьбы змейкой, в полуприседе. Чередование бега и ходьбы по сигналу. Выполнение броска набивного мяча (вес до 1 кг) различными способами двумя руками	Удерживают правильное положение тела во время ходьбы (с помощью учителя). Выполняют чередование бега и ходьбы. Бросают набивной мяч из различных исходных положений меньшее количество раз	Выполняют ходьбу змейкой, в полуприседе. Выполняют чередование бега и ходьбы. Бросают набивной мяч из различных исходных положений
17	Прыжки в высоту с места толчком двух ног	1	Выполнение ходьбы приставным шагом	Выполняют ходьбу приставным шагом	Выполняют ходьбу приставным шагом

			правое/левое плечо вперед. Выполнение прямолинейного бега с параллельной постановкой стоп. Выполнение прыжка из правильного исходного положения. Метание теннисного мяча с места одной рукой на дальность	правое/левое плечо вперед, ориентируясь на образец выполнения обучающего 2 группы или учителя. Прыгают в высоту с места толчком двух ног после инструкции и неоднократного показа учителем	правое/левое плечо вперед по сигналу учителя. Прыгают в высоту с места толчком двух ног
<b>Гимнастика – 23 часа</b>					
18	Осанка	1	Построение в шеренгу. Выполнение сдачи рапорта дежурным. Беседа о правильной осанке. Выполнение упражнений, направленные на формирования навыка правильной осанки. Подвижная игра с бегом	Получают элементарные теоретические сведения о правильной осанке, зрительно воспринимают и оценивают образец удержания правильной осанки. Выполняют практические задания с заданными параметрами (демонстрируют правильную осанку, подбирают ответы на вопрос по предоставленным карточкам) с помощью педагога. Участвуют в игре по инструкции учителя	Получают элементарные теоретические сведения о правильной осанке, зрительно воспринимают и оценивают образец удержания правильной осанки. Выполняют практические задания с заданными параметрами (демонстрируют правильную осанку, упражнения на формирования правильной осанки). Играют в подвижную игру после инструкции учителя
19	Физические качества	1	Построение в шеренгу.	Выполняют построение по	Выполняют



			Выполнение сдачи рапорта дежурным. Беседа об основных физических качествах и упражнениях на их развитие	инструкции учителя. Просматривают и рассматривают наглядные материалы, слушают учителя о роли средств гимнастики для развития двигательных способностей и физических качеств человека	построение по команде учителя. Просматривают и рассматривают наглядные материалы, слушают учителя о роли средств гимнастики для развития двигательных способностей и физических качеств человека
20	Построение в шеренгу по одному, равнение, перестроение в колонну по одному	1	Игровые задания на нахождение своего места в строю, выполнение строевой стойки, соблюдение интервала, выполнение строевых действия во время равнения, размыкание приставным шагом в сторону. Подвижная игра с бегом	Выполняют упражнение по показу учителя. Участвуют в игре по инструкции учителя	Выполняют упражнение по сигналу. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
21	Перестроение из колонны по одному в колонну по два и из колонны по два в колонну по одному в движении, с поворотом направо и налево	1	Игровые задания на нахождение своего места в строю. Перестроение в движении, соблюдение интервала и дистанции. Выполнение общеразвивающих упражнений с большим мячом. Подвижная игра с	Участвуют в игровой деятельности под контролем педагога. Выполняют упражнение по показу учителя, по пошаговой/ поэтапной инструкции педагога. Выполняют упражнения с предметами меньшее	Выполняют игровые задания по команде учителя. Выполняют упражнение по сигналу/ команде учителя, ориентируюсь на зрительно-пространственные опоры. Выполняют

			лазанием	количество раз. Осваивают и используют игровые умения	упражнения с предметами по показу учителя. Осваивают и используют игровые умения
22	Размыкание от середины на вытянутые руки приставными шагами вправо, влево. Основные положения и движения рук, ног, туловища, головы: асимметричные движения рук	1	Выполнение размыкания по команде учителя, выполнение наклонов, поворотов туловища в сочетании с движениями рук и ног, выпадов правой и левой ногой, переходов из упора присев в упор лежа, приседаний, наклонов головы. Подвижная игра с прыжками	Выполняют основные положения и движения рук, ног, туловища, головы с наименьшим количеством повторений, по возможности. Осваивают и используют игровые умения	Выполняют основные положения и движения рук, ног, туловища, головы после показа учителем. Осваивают и используют игровые умения
23	Повороты «направо», «налево». Ходьба и бег «змейкой»	1	Ориентирование в схеме своего тела. Совершенствование функции дыхания во время ходьбы и бега	Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений. Выполняют ходьбу и бег «змейкой»	Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений. Выполняют ходьбу и бег «змейкой»
24	Лазание по гимнастической стенке вверх-вниз разноименным способом, с одновременной	1	Выполнение корректирующих упражнений на дыхание. Выполнение лазания по гимнастической стенке разноименным способом	Выполняют корректирующих упражнений на дыхание. Выполняют упражнения в лазание на меньшую высоту. Участвуют в игре	Выполняют корректирующих упражнений на дыхание. Выполняют упражнения в лазание. Играют в подвижную игру после

	перестановкой руки и ноги		ставя ноги на каждую рейку или через одну. Коррекционная игра	по инструкции учителя	инструкции учителя
25	Ползание на четвереньках в медленном темпе по горизонтальной гимнастической скамейке	1	Выполнение упражнений на равновесие. Передвижение по гимнастической скамейке, приняв правильное положение упора. Подвижная игра с элементами лазания	Выполняют упражнения в равновесии по показу учителя, по возможности. Выполняют упражнения в ползании, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Осваивают и используют игровые умения	Выполняют упражнения в равновесии по инструкции учителя. Выполняют упражнения в ползании после инструкции учителя. Осваивают и используют игровые умения
26	Упражнения гимнастическими палками	с 1	Выполнение упражнений с гимнастической палкой: удержание гимнастической палки двумя руками хватом снизу и сверху, над головой, на уровне лопаток, перекладывание, поднимание, подбрасывание и ловля, перешагивание. Выполнение ползания на четвереньках в медленном темпе по горизонтальной гимнастической скамейке	Выполняют упражнения с гимнастической палкой после неоднократного показа по прямому указанию учителя. Выполняют ползание на четвереньках в медленном темпе по горизонтальной гимнастической скамейке с помощью учителя, по возможности	Выполняют упражнения с гимнастической палкой после показа учителем. Выполняют ползание на четвереньках в медленном темпе по горизонтальной гимнастической скамейке по показу учителя
27	Упражнения формирования	на 1	Выполнение различных видов ходьбы с изменением	Выполняют упражнения для расслабления мышц,	Выполняют упражнения для расслабления мышц

	правильной осанки		положений рук, ходьбы по гимнастической скамейке, перешагивание через предметы. Эстафеты с мячом	ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Участвуют в соревновательной деятельности	по показу и инструкции учителя. Участвуют в соревновательной деятельности
28	Тренировка дыхания	1	Выполнение перестроения из колонны по одному в колонну по два и из колонны по два в колонну по одному в движении, с поворотом направо и налево. Выполнение дыхательных упражнений в ходьбе и беге. Коррекционная подвижная игра	Выполняют упражнение по показу учителя, по пошаговой/ поэтапной инструкции педагога. Получают элементарные сведения о правилах дыхания во время ходьбы и бега. Участвуют в игре по инструкции учителя	Выполняют упражнение по сигналу/ команде учителя, ориентируюсь на зрительно-пространственные опоры. Получают элементарные сведения о правилах дыхания во время ходьбы и бега. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
29	Ходьба с предметом на голове, сохраняя правильную осанку	1	Выполнение упражнений с гимнастической палкой. Удержание в ходьбе предмета на голове, сохраняя правильную осанку	Выполняют упражнения с предметом меньшее количество повторений. Выполняют ходьбу с предметом на голове, сохраняя правильную осанку по прямому указанию учителя.	Выполняют упражнения с предметом по инструкции учителя. Выполняют ходьбу с предметом на голове, сохраняя правильную осанку
30	Упражнения для развития пространственно-	1	Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения,	Выполняют по показу учителя упражнения для формирования	Выполняют по показу учителя упражнения для формирования

	дифференцировки		выполнение ходы и бега между различными ориентирами, прохождение по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам	пространственных представлений с помощью учителя, по возможности	пространственных представлений по показу учителя
31	Упражнения для развития точности движений	1	Выполнение упражнений на равновесие. Выполнение ходьбы по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам. Подвижная игра с бегом	Выполняют по показу учителя упражнения для развития точности движений и равновесия, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Участвуют в игре по инструкции учителя	Выполняют упражнения для развития точности движений и равновесия, ориентируясь на образец выполнения учителем. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
32	Упражнения с обручем	1	Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения, выполнение ходы и бега между различными ориентирами. Выполнение упражнений с предметом: удержание обруча двумя руками, перекладывание из одной руки в другую, выполнение различных исходных положений с обручем в руках, наклоны, приседания, прыжки, переступание	Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений с помощью учителя, по возможности. Выполняют упражнения с предметами после неоднократного показа по прямому указанию учителя	Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений по показу учителя. Выполняют упражнения с предметами после показа учителем

33	Подлезание под препятствием высотой до 1 м	1	Выполнение упражнений с обручем. Выполнение подлезания под препятствием, используя способ движения: в опоре на предплечья, попластунски. Эстафеты с обручем	Выполняют упражнения с предметами после неоднократного показа по прямому указанию учителя. Выполняют подлезание под препятствием высотой 40-50 см, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Участвуют в соревновательной деятельности	Выполняют упражнения с предметами после показа учителем. Выполняют подлезание под препятствием высотой 40-50 см. Участвуют в соревновательной деятельности
34	Перелезание через гимнастического козла, гимнастическое бревно	1	Выполнение упражнения в перелезании с опорой на грудь (живот) через препятствия. Подвижная игра с элементами общеразвивающих упражнений	Преодолевают препятствия с помощью учителя, по возможности. Участвуют в игре по инструкции учителя	Преодолевают препятствия после инструкции учителя. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
35	Ходьба по гимнастической скамейке прямо, правым, левым боком с различными положениями рук, с мячом в руках, бросанием и ловлей	1	Выполнение комплекса упражнений типа зарядки. Сохранение равновесия на ограниченной поверхности, выполняя передвижения, двигательные действия с мячом	Выполняют комплекс меньшее количество повторений. Выполняют ходьбу по гимнастической скамейке прямо, правым, левым боком с различными положениями рук после неоднократного показа по прямому указанию учителя	Выполняют комплекс упражнений по показу учителя. Выполняют ходьбу по гимнастической скамейке прямо, правым, левым боком с различными положениями рук самостоятельно

36	Ходьба по скамейке парами	1	Выполнение упражнений для развития мышц кистей рук и пальцев. Выполнение ходьбы по гимнастической скамейке парами управление равновесием, взаимодействие слаженно	Выполняют упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев по показу учителя. Выполняют упражнения на равновесие по возможности	Выполняют упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев по показу учителя. Выполняют упражнения на равновесие по показу учителя
37	Ходьба по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам	1	Выполнение упражнений сохраняя равновесие и преодолевая препятствия. Подвижная игра с бегом и прыжками	Выполняют упражнения на равновесие, преодолевают препятствия с помощью учителя. Участвуют в игре по инструкции учителя	Выполняют упражнения на равновесие, преодолевают препятствия по инструкции учителя. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
38	Расхождение вдвоем поворотом при встрече на гимнастической скамейке	1	Выполнение упражнений сохраняя равновесие при выполнении упражнения на гимнастической скамейке	Выполняют упражнения на равновесие после неоднократного показа по прямому указанию учителя. Участвуют в игровых заданиях (в паре)	Выполняют упражнения на равновесие после показа учителем. Участвуют в соревновательной деятельности
39	Стойка на одной ноге, другая согнута вперед, руки в различных исходных положениях	1	Выполнения упражнения в перелезании с опорой на грудь (живот) через препятствия. Удержание равновесия при выполнении стойки на одной ноге с различными положениями рук	Преодолевают препятствия с помощью учителя, по возможности. Выполняют упражнения в равновесии после неоднократного показа учителя	Преодолевают препятствия после инструкции учителя. Выполняют упражнения на равновесие

40	Переноска грузов	1	Выполнение упражнений с обручем. Выполнение подлезания под препятствием, используя способ движения: в опоре на предплечья, попластунски. Выполнение упражнений в переноске набивных мячей, общим весом до 5 кг на расстояние 10-15 м, матов, скамеек	Выполняют упражнения с предметами после неоднократного показа по прямому указанию учителя. Выполняют подлезание под препятствием высотой 40-50 см, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Переносят груз и передают предметы с помощью учителя	Выполняют упражнения с предметами после показа учителем. Выполняют подлезание под препятствием высотой 40-50 см. Переносят груз и передают предметы
----	------------------	---	--	--	---

#### Игры - 4 часа

41	Игры с элементами корригирующих упражнений: «Ловишки-хвостики», «Салки»	1	Подвижные игры на выполнение упражнений в беге в различных направлениях, на скорость не наталкиваясь, друг на друга, выполнение действий по сигналу и согласно правилам игры. Выполнение общеразвивающих упражнений с малыми мячами. Выполнение ходьбы по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам.	Выполняют общеразвивающие упражнения с предметами меньшее количество повторений. Выполняют ходьбу по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам с помощью педагога. Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ,	Выполняют общеразвивающие упражнения с предметами. Выполняют ходьбу по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам. Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя
----	---	---	---	--	--



				дополнительная индивидуальная инструкция учителя)	
42	Игры с элементами корригирующих упражнений: «Ловишки-хвостики», «Салки»	1			
43	Игры на развитие внимания, памяти, точности движений: «Школа мяча»	1	Выполнение упражнений со скакалкой. Бросание и ловля мяча из разных положений, двумя руками, правой и левой рукой. Выполнение прыжков через скакалку на двух ногах.	Выполняют упражнения со скакалкой по возможности. Осваивают и используют игровые умения. Осваивают прыжки через скакалку по возможности	Выполняют упражнения со скакалкой по показу учителя. Осваивают и используют игровые умения. Прыгают через скакалку на двух ногах
44	Игры на развитие внимания, памяти, точности движений: «Школа мяча»	1			
<b>Лыжная подготовка – 18 часов</b>					
45	Техника безопасности и правила поведения на лыже	1	Беседа о правилах обращения с лыжным инвентарем и техники безопасности на занятиях лыжным спортом. Тренировочные упражнения в подготовке к занятию, выбор лыж и	Слушают правила поведения на уроках лыжной подготовки, информацию о предупреждении травм и обморожений с опорой на наглядность (презентации, картинки, карточки),	Слушают правила поведения на уроках лыжной подготовки, информацию о предупреждении травм и обморожений с опорой на наглядность (презентации, картинки,

			палок	участвуют в беседе и отвечают на вопросы учителя с опорой на визуальный план. Готовятся к занятию, выбирают лыжи и палки с помощью учителя	карточки), участвуют в беседе и отвечают на вопросы учителя. Готовятся к занятию, выбирают лыжи и палки
46	Совершенствование техники выполнения строевых команд и приемов	1	Тренировочные упражнения в подборе лыжного инвентаря и одежды к занятию. Выполнение строевых команд с лыжами и на лыжах, надевание и снятие лыж и палок	Готовятся к занятию, выбирают лыжи и палки с помощью учителя. Выполняют строевые команды по сигналу учителя	Готовятся к занятию, выбирают лыжи и палки. Выполняют строевые команды по сигналу учителя
47	Совершенствование техники выполнения строевых команд и приемов	1			
48	Передвижение в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию	1	Построение в шеренгу с лыжами у ноги. Повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне. Тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря. Переступание на лыжах вокруг пяток.	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. Одевают лыжный инвентарь. Выполняют

					переступание на лыжах по показу учителя
49	Подготовка к передвижению на лыжах	1	Построение в шеренгу с лыжами у ноги. Повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне. Ухаживание за лыжным инвентарем, одевание его. Переступание на лыжах вокруг пяток, носков, приставной шаг вправо, влево	Выполняют построение с лыжами. Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя, по возможности самостоятельно. Выполняют переступание на лыжах ( по возможности)	Выполняют построение с лыжами. Одевают лыжный инвентарь самостоятельно. Выполняют переступание на лыжах по показу учителя
50	Совершенствование техники выполнения ступающего шага без палок и с палками	1	Построение в шеренгу с лыжами у ноги. Повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне. Тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря. Выполнение ступающего шага: перекрестная координация движений рук и ног, перенос тяжести тела с одной ноги на другую, правильное положение туловища и головы	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя. Передвигаются на лыжах ступающим шагом	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. Одевают лыжный инвентарь. Передвигаются по лыжне ступающим шагом
51	Совершенствование	1	Построение в шеренгу с	Выполняют построение с	Выполняют построение

	техники выполнения скользящего шага без палок и с палками		лыжами у ноги. Повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне. Одевание лыжного инвентаря. Передвижение на лыжах свободным, накатистым шагом без палок и с палками	лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя. Передвигаются на лыжах скользящим шагом	с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. Одевают лыжный инвентарь. Передвигаются по лыжне скользящим шагом
52	Совершенствование техники выполнения скользящего шага без палок и с палками	1			
53	Прохождение отрезков на время от 200 до 300 м	1	Построение в шеренгу с лыжами у ноги. Повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне. Одевание лыжного инвентаря. Прохождение на лыжах отрезков на скорость	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя. Осваивают выполнение попеременного двухшажного хода (по возможности) после инструкции и неоднократного показа учителя (при	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. Одевают лыжный инвентарь. Выполняют попеременный двухшажный ход после инструкции и показа учителя

				необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий)	
54	Прохождение отрезков на время от 200 до 300 м	1			
55	Спуск в высокой стойке со склона, подъем «лесенкой» с соблюдением техники безопасности	1	Построение в шеренгу с лыжами у ноги. Переход на учебную лыжню в колонне по одному. Освоение названия способа подъема на лыжах. Сохранение равновесия при спуске со склона в высокой стойке, демонстрация техники подъема «лесенкой»	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя. Спускаются в высокой стойке со склона, подъем ступающим шагом с соблюдением техники безопасности	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. Одевают лыжный инвентарь. Выполняют спуск в высокой стойке со склона, подъем «лесенкой» с соблюдением техники безопасности
56	Спуск в высокой стойке со склона, подъем «лесенкой» с соблюдением техники безопасности	1			
57	Спуск в высокой стойке со склона, подъем «лесенкой» с	1			

	соблюдением техники безопасности				
58	Повороты переступанием в движении	1	Построение в шеренгу с лыжами у ноги. Переход на учебную лыжню в колонне по одному. Передвижение по учебному кругу ступающим и скользящим шагом. Выполнение упражнения, демонстрирую уверенное отрывание от снега лыжи, наклон в сторону поворота и вперед, сильно отталкиваясь от лыжи	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя. Выполняют повороты на лыжах на месте	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. Одевают лыжный инвентарь. Выполняют поворот переступанием в движении.
59	Повороты переступанием в движении	1			
60	Повороты переступанием в движении	1			
61	Прохождение на лыжах за урок от 0,5 до 0,8 км	1	Построение в шеренгу с лыжами у ноги. Переход на учебную лыжню в колонне по одному. Прохождение дистанции на лыжах за урок	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. Одевают лыжный инвентарь с помощью	Выполняют построение с лыжами. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. Одевают

				учителя. Преодолевают дистанцию в произвольном темпе	лыжный инвентарь. Преодолевают дистанцию в быстром темпе
62	Прохождение на лыжах за урок от 0,5 до 0,8 км	1			
<b>Игры – 22 часа</b>					
63	Значение и основные правила закаливания	1	Беседа об основных средствах и правилах закаливания организма. Передвижение, исполнение команд в колонне сохраняя дистанцию и равнение в затылок. Знакомство с бегом в чередовании с ходьбой. Подвижная игра на внимание	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорных поощрений. Выполняют построение с помощью педагога. Отвечают на вопросы односложно. Передвигаются в колонне бегом в чередовании с ходьбой по указанию учителя. Участвуют в подвижной игре по инструкции учителя	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, колонну, круг, осваивают строевые действия в шеренге и колонне. Осваивают правила игры
64	Значение утренней гимнастики	1	Выполнение поворотов на месте налево и направо переступанием. Выполнение ритмичной ходьбы с сохранение заданного темпа ходьбы.	Выполняют простые виды построений, осваивают на доступном уровне строевые действия в шеренге и колонне (с помощью учителя). Выполняют	Выполняют построения и перестроения в шеренгу, колонну, осваивают действия в шеренге и колонне. Выполняют ходьбу с

			Выполнение общеразвивающих упражнений типа зарядки. Подвижная игра с бегом	ходьбу с изменением скорости. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики) с помощью педагога. Участвуют в подвижной игре по инструкции и показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий	изменением скорости. Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики). Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя
65	Перемещение на площадке в пионерболе, прием и передача мяча двумя руками у стены и в парах	1	Знакомство с игрой пионербол. Выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев. Выполнение перемещений на площадке игроков в пионерболе, выполнение приема и передачи мяча двумя руками у стены и в парах	Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев (по возможности). Выполняют перемещения на площадке с помощью педагога. Осваивают и используют игровые умения (взаимодействие с партнером)	Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев. Выполняют перемещения на площадке. Осваивают и используют игровые умения
66	Бросок мяча через сетку одной рукой и ловля двумя руками после подачи	1	Выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев. Освоение перемещений на площадке игроков в пионерболе. Выполнение бросков мяча через сетку одной рукой и ловля двумя руками после	Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев (по возможности). Выполняют перемещения на площадке с помощью педагога. Осваивают и используют игровые умения	Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев. Выполняют перемещения на площадке. Осваивают и используют игровые умения



			подачи		
67	Изучение техники подачи мяча в пионерболе	1	Выполнение перемещений на площадке игроков в пионерболе, выполнение приема и передачи мяча двумя руками у стены и в парах. Выполнение подачи мяча в игре	Выполняют перемещения на площадке с помощью педагога. Выполняют прием и передачу мяча у стены по инструкции и показа учителя. Осваивают и используют игровые умения (подача мяча в пионерболе)	Выполняют перемещения на площадке с помощью педагога. Выполняют прием и передачу мяча в паре. Осваивают и используют игровые умения (подача мяча в пионерболе)
68	Изучение техники подачи мяча в пионерболе	1			

## V. ТЕХНОЛОГИЧЕСКОЕ И МЕТОДИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

### Урок 1

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Мультимедийная презентация		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Предупреждение травм во время занятий		
Цель	Предупреждение травматизма во время занятий физкультуры		
Задачи	<p>Коррекционно- образовательные: закрепить знания обучающихся о соблюдении техники безопасности на занятиях.Коррекционно- развивающие: закрепить навык выполнения низкого старта, технику стартового разгона и финиширования, развивать скоростно- силовые качестваКоррекционно- воспитательные: воспитать культуру общения, повысить интерес обучающихся к занятиям.</p>		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Беседа о соблюдение техникибезопасности во времявыполнения упражнений	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на визуальный план (с	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу с целыми предложениями

		использованием системы игровых, сенсорных поощрений)	
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение 3-4 упражнений утренней гимнастики.2. Игра по выбору детей	1. Выполняют 3 – 4 упражнения утренней гимнастики по показу.2. Участвуют в подвижной игре по инструкции и показу учителя	1. Выполняют 3 – 4 упражнения утренней гимнастики.2. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторение техники безопасности на уроке физкультуры	Совместно с родителем повторяют технику безопасности на уроке физкультуры	Самостоятельно повторяют технику безопасности на уроке физкультуры
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

## Урок 2

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Конусы, музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Понятия о предварительной и исполнительной командах
Цель	Повторение понятия о предварительной и исполнительной командах.

Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить понятие о предварительной и исполнительной командах.Коррекционно- развивающие: содействовать общему укреплению организма.Коррекционно-воспитательные: воспитывать трудолюбие, ответственность, дисциплинированность.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличия спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Включение изученного в систему знаний	1. Повторение строевых действий в соответствии командой.2. Бег в медленном темпе в колонне по одному.3. Выполнение прыжков на двух ногах на месте, с продвижением двух ног, в стороны.4. Коррекционная игра	1. Зрительно воспринимают образец выполнения и соотносят с голосовым (звуковым) сигналом предварительную и исполнительную команды.2. Выполняют медленный бег за наиболее физически развитым обучающимся из 2 группы, ориентируясь на его пример.3. Прыгают на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в стороны.4. Участвуют в игре по инструкции учителя	1. Ориентируются на образец выполнения предварительной и исполнительной команд.2. Выполняют медленный бег.3. Прыгают на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в стороны.4. Играют в подвижную игру в после инструкции учителя
4. Информация о	Инструктаж о выполнении	Совместно с родителем осуществляет	Самостоятельно повторяют

домашнем задании, о его выполнении	домашнего задания: повторение видов команд	повторение видов команд	виды команд
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

### Урок 3

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Ходьба в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук		
Цель	Освоение ходьба в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук.		
Задачи	Коррекционно-образовательные: обучить технике ходьба в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук.Коррекционно-развивающие: способствовать развитию скоростно-силовых качеств, быстроты, координации.Коррекционно-воспитательные: воспитывать целеустремленность, настойчивость, упорство в достижении поставленной цели.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный	Приветствие. Ознакомление с	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога	

этап	построением парами	физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения в шеренгу и сдача рапорта. 2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя. 2. Выполняют комплекс утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, сдают рапорт. 2. Выполняют комплекс утренней гимнастики с опорой на образец
3. Открытие «нового» знания	Освоение правил техники ходьбы в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук	Осваивают правила техники ходьбы в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук по показу учителя и/или с опорой на пример обучающихся из 2 группы выполняют упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя	Осваивают правила техники ходьбы в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук по показу учителя
4. Первичное закрепление материала	1. Демонстрация техники ходьбы в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук. 2. Подвижная игра с бросанием мяча	1. Выполняют ходьбу в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук с опорой на пример обучающихся из 2 группы выполняют упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя. 2. Осваивают и используют игровые умения	1. Выполняют ходьбу в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук с опорой на образец. 2. Осваивают и используют игровые умения
5. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторить правила техники ходьбы в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными	Совместно с родителем повторяют правила техники ходьбы в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук	Самостоятельно повторяют правила техники ходьбы в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук

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

#### Урок 4

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Конусы, шнур, мел, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Ходьба в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук		
Цель	Закрепление техники ходьбы в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук.		
Задачи	Коррекционно-образовательные: закреплять технику ходьбы в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук.Коррекционно-развивающие: содействовать общему укреплению организма.Коррекционно-воспитательные: воспитывать трудолюбие, ответственность, дисциплинированность.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку:	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	

	наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия		
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу. 2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя. 2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя. 2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Включение изученного в систему знаний	1. Закрепление ходьбы, сохраняя правильное положение тела. 2. Выполнение бега в медленном темпе 80-100 м. 3. Выполнение прыжков через шнур, начерченную линию. 4. Коррекционная игра	1. Выполняют ходьбу (под контролем учителя). 2. Выполняют медленный бег за наиболее физически развитым обучающимся из 2 группы, ориентируясь на его пример. 3. Прыгают через шнур, начерченную линию по показу учителя. 4. Участвуют в игре по инструкции учителя	1. Выполняют ходьбу в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук. 2. Выполняют медленный бег. 3. Прыгают через шнур, начерченную линию. 4. Играют в подвижную игру в после инструкции учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в прыжках через линию	Совместно с родителем осуществляет повторение прыжков через линию	Самостоятельно повторяют прыжки через линию
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

## Урок 5

Предмет	Адаптивная физическая культура
---------	--------------------------------



Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Конусы, скакалка, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Бег с изменением темпа		
Цель	Закрепление техники бега с изменением темпа.		
Задачи	Коррекционно-образовательные: закреплять технику бега с изменением темпа. Коррекционно-развивающие: развивать физические качества: быстроту, выносливость, ловкость. Коррекционно-воспитательные: воспитывать культуру общения со сверстниками в условиях игровой и соревновательной деятельности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу. 2. Выполнение общеразвивающих упражнений со скакалкой	1. Выполняют построение по показу учителя. 2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения с предметом по показу	1. Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя. 2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения с предметом

3. Включение изученного в систему знаний	1. Закрепление ходьбы, сохраняя правильное положение тела.2. Выполнение бега в медленном темпе 80-100 м.3. Выполнение прыжков через шнур, начерченную линию.4. Коррекционная игра	1. Выполняют ходьбу (под контролем учителя).2. Выполняют медленный бег за наиболее физически развитым обучающимся из 2 группы, ориентируясь на его пример.3. Прыгают через шнур, начерченную линию по показу учителя.4. Участвуют в игре по инструкции учителя	1. Выполняют ходьбу в медленном, среднем темпе, в полуприседе, с различными положениями рук.2. Выполняют медленный бег.3. Прыгают через шнур, начерченную линию.4. Играют в подвижную игру в после инструкции учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в прыжках через линию	Совместно с родителем осуществляют повторение прыжков через линию	Самостоятельно повторяют прыжки через линию
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

## Урок 6

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Малые мячи, волейбольный мяч
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Прыжки на месте, с продвижением вперед, в сторону, назад на одной ноге

Цель	Совершенствование техники прыжков на месте , с продвижением вперед, в сторону, назад на одной ноге		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику прыжков на месте, с продвижением вперед, в сторону, назад на одной ноге.Коррекционно- развивающие: развивать физические качества: быстроту, выносливость, ловкость.Коррекционно- воспитательные: воспитывать самостоятельность в выполнении двигательных действий.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполнение общеразвивающих упражнений с малыми мячами	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняютупражнения с предметом по показу	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения с предметом
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение медленного бега с сохранением правильной осанки.2. Выполнение прыжков с продвижением вперед, в сторону, назад на одной ноге.3. Подвижная игра с элементами бега и ведением, и бросками волейбольного мяча	1. Удерживают правильное положение тела во время бега (пооперационный контроль выполнения действий).2. Прыгают на месте с продвижением вперед, в сторону, назад на одной ноге.3. Осваивают и используют игровые умения	1. Удерживают правильное положение тела во время бега.2. Выполняют прыжки в заданном направлении, ориентируясь на зрительно-пространственные опоры.3. Осваивают и используют игровые умения

4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в выполнение прыжков с продвижением вперед, в сторону, назад на одной ноге	Совместно с родителем осуществляют повторение прыжков с продвижением вперед, в сторону, назад на одной ноге	Самостоятельно повторяют прыжки с продвижением вперед, в сторону, назад на одной ноге
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

## Урок 7

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Беговые упражнения		
Цель	Закрепление представлений о видах беговых упражнений.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закреплять представления о видах беговых упражнений.Коррекционно-развивающие: содействовать общему укреплению организма и стимулировать функции дыхания.Коррекционно- воспитательные: воспитывать самостоятельность в выполнении двигательных действий.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	

		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличия спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу. 2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1. Выполняют построение по показу учителя. 2. Выполняют общеразвивающие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя	1. Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя. 2. Выполняют общеразвивающие упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1. Повторение названий беговых упражнений и их выполнение. 2. Выполнение бега в заданном направлении. 3. Эстафета с бегом	1. Повторяют название беговых упражнений и их выполнение с опорой на образец. 2. Выполняют различные виды бега: на носках, с высоким подниманием бедра и захлестыванием голени назад. 3. Участвуют в соревновательной деятельности	1. Повторяют название беговых упражнений и их выполнение. 2. Выполняют различные виды бега: на носках, с высоким подниманием бедра и захлестыванием голени назад. 3. Участвуют в соревновательной деятельности
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторить названия беговых упражнений	Совместно с родителем осуществляют повторение беговых упражнений	Самостоятельно повторяют название беговых упражнений
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

## Урок 8

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Мячи, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Прыжки с ноги на ногу до 10-15 м		
Цель	Совершенствовать технику прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги», совершенствовать технику тройного прыжка с места Совершенствовать технику прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги», совершенствовать технику тройного прыжка с места Совершенствование техники прыжков с ноги на ногу до 10-15 м.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику прыжков с ноги на ногу до 10-15 м.Коррекционно- развивающие: содействовать общему укреплению организма и стимулировать функции дыхания.Коррекционно- воспитательные: воспитывать самостоятельность в выполнении двигательных действий.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	

2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу. 2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1. Выполняют построение по показу учителя. 2. Выполняют общеразвивающие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя	1. Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя. 2. Выполняют общеразвивающие упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение ходьбы на носках, на пятках. 2. Выполнение бега в среднем темпе с переходом на ходьбу. 3. Выполнение многоскоков. 4. Подвижная игра на передачу мячей в колоннах	1. Выполняют ходьбу в умеренном темпе на носках, на пятках. 2. Выполняют бег в среднем темпе с переходом на ходьбу с опорой на показ учителя. 3. Перепрыгивают с ноги на ногу на отрезках. 4. Осваивают и используют игровые умения	1. Выполняют ходьбу в умеренном темпе на носках, на пятках. 2. Выполняют бег в среднем темпе с переходом на ходьбу. 3. Перепрыгивают с ноги на ногу на отрезках. 4. Осваивают и используют игровые умения
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в ходьбе на носках, на пятках	Совместно с родителем упражняются в ходьбе на носках, на пятках	Самостоятельно упражняются в ходьбе на носках, на пятках
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

## Урок 9

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое	Фишки, конусы, музыка для физкультминутки

обеспечение			
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Ускорения до 30 м		
Цель	Развитие скоростных и координационных способностей с помощью беговых упражнений.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: развивать скоростные и координационные способности с помощью беговых упражнений.Коррекционно- развивающие: развивать умение планировать, контролировать и давать оценку своим двигательным действиям.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижение поставленной цели.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения в шеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1. Выполняют построение попоказу учителя.2. Выполняют общеразвивающие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют общеразвивающие упражнения.
3. Открытие «нового» знания	Чередование бега и ходьбы на расстоянии	Чередуют бег и ходьбу на расстояние с опорой на показ учителя	Чередуют бег и ходьбу на расстояние
4. Первичное закрепление материала	1. Выполнение ходьбы перекатом с пятки на носок.2. Повторение низкого старта, пробегание с максимально	1. Выполняют ходьбы перекатом с пятки на носок с опорой на образец.2. Выполняют бег с	1. Выполняют ходьбы перекатом с пятки на носок.2. Выполняют бег с низкого



	возможной скоростью и по возможности не снижением ее до финиша.3. Коррекционная подвижная игра	низкого старта по показу.3. Участвуют в игре по инструкции учителя	старта.3. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
5. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в выполнении ходьбы с перекатом с пятки на носок	Совместно с родителем упражняются в выполнение ходьбы с перекатом с пятки на носок	Самостоятельно упражняются в выполнение ходьбы с перекатом с пятки на носок
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

## Урок 10

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Скакалка, музыка для физкультминутки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Прыжки через скакалку на двух, на одной ноге
Цель	Закрепление умения прыгать через скакалку на двух, на одной ноге.
Задачи	Коррекционно-образовательные: закреплять умение прыгать через скакалку на двух, на одной ноге.Коррекционно-развивающие: развивать координацию движений и ориентирование в пространстве.Коррекционно-воспитательные: воспитывать самостоятельность в выполнении

	двигательных действий.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу. 2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1. Выполняют построение по показу учителя. 2. Выполняют общеразвивающие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя	1. Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя. 2. Выполняют общеразвивающие упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение ходьбы с различным положением рук. 2. Пробегание под скакалкой, перешагивание, перепрыгивание с одной ноги на другую, перепрыгивание на двух ногах через медленно вращающуюся скакалку вперед, с промежуточным подскоком. 3. Подвижная игра с элементами общеразвивающих упражнений	1. Выполняют ходьбу с различным положением рук по показу и инструкции учителя. 2. Выполняют прыжки через скакалку на двух ногах. 3. Участвуют в игре по инструкции учителя	1. Выполняют ходьбу с различным положением рук по показу и инструкции учителя. 2. Выполняют прыжки через скакалку на двух, на одной ноге. 3. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в прыжках через скакалку	Совместно с родителем осуществляют упражняются в прыжках через скакалку	Самостоятельно упражняются в прыжках через скакалку
5. Рефлексия	Подведение итогов, оценка деятельности	Оценивают результат своей	Оценивают результат своей

(подведение итогов)	обучающихся	деятельности с опорой на вопросы учителя	деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»
---------------------	-------------	--	---

## Урок 11

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Малые мячи, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Бег с преодолением простейших препятствий		
Цель	Совершенствование техники бега с препятствиями, развитие скорости и координации способностей.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику бега с препятствиями, развитие скорости и координации способностей.Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений и ориентирование в пространстве.Коррекционно- воспитательные: воспитывать самостоятельность в выполнении двигательных действий.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	

2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу. 2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1. Выполняют построение по показу учителя. 2. Выполняют общеразвивающие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя	1. Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя. 2. Выполняют общеразвивающие упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение ходьбы с изменением направлений по ориентирам и командам учителя. 2. Выполнение бега с преодолением простейших препятствий. 3. Подвижная игра с метанием	1. Выполняют ходьбу с изменением направлений по ориентирам и командам учителя. 2. Выполняют бег с преодолением простейших препятствий. 3. Осваивают и используют игровые умения	1. Выполняют ходьбу с изменением направлений по ориентирам и командам учителя. 2. Выполняют бег с преодолением простейших препятствий. 3. Осваивают и используют игровые умения
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в беге с преодолением простейших препятствий	Совместно с родителем осуществляют упражняются в беге с преодолением простейших препятствий	Самостоятельно упражняются в беге с преодолением простейших препятствий
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

## Урок 12

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Большие мячи, музыка для физкультминутки

Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Челночный бег 3х10 м		
Цель	Совершенствование знаний о технике выполнения челночного бега 3х10 м.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать знания о технике выполнения челночного бега 3х10 м.Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений и ориентирование в пространстве.Коррекционно- воспитательные: воспитывать самостоятельность в выполнении двигательных действий.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют общеразвивающие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют общеразвивающие упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение ходьбы с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра.2. Выполнение челночного бега, демонстрирование техники высокого старта.3. Метание мячей с места левой и правой рукой	1. Выполняют ходьбу с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра по показу учителя.2. Выполняют челночный бег 3х10 м с опорой на показ учителя.3. Выполняют метание мячей с места левой и	1. Выполняют ходьбу с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра по инструкции учителя.2. Выполняют челночный бег 3х10 м.3. Метают мячи с места левой и правой рукой

		правой рукой	
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторить технику высокого старта	Совместно с родителем повторяют технику высокого старта	Самостоятельно повторяют технику высокого старта
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

### Урок 13

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Малые мячи, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Прыжок в глубину		
Цель	Повторение техники прыжков в глубину.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить технику прыжков в глубину.Коррекционно- развивающие: развивать силовые качества, ловкость, координацию, прыгучесть.Коррекционно- воспитательные: воспитать уважение и доброжелательность друг к другу.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу. 2. Выполнение комплекса упражнений типа зарядки.	1. Выполняют построение по показу учителя. 2. Выполняют комплекс упражнений наименьшее количество раз	1. Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя. 2. Выполняют комплекс упражнений
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение ходьбы в медленном и быстром темпе. 2. Выполнение прыжка технически правильно, отталкиваясь и приземляясь. 3. Метание с места в горизонтальную цель	1. Выполняют ходьбу в медленном и быстром темпе. 2. Выполняют прыжки после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий), прыгают на двух ногах на месте. 3. Осваивают метание с места в горизонтальную цель, ориентируясь на образец выполнения	1. Выполняют ходьбу в медленном и быстром темпе. 2. Выполняют прыжки после инструкции и показа учителя. 3. Выполняют метание с места в горизонтальную цель
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторить технику прыжка в глубину	Совместно с родителем повторяют технику прыжка в глубину	Самостоятельно повторяют технику прыжка в глубину
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Малые мячи, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Прыжок с 3-5 беговых шагов в длину с разбега		
Цель	Повторение техники прыжка с 3-5 беговых шагов в длину с разбега.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить технику прыжка с 3-5 беговых шагов в длину с разбега.Коррекционно- развивающие: развивать силовые качества, ловкость, координацию, прыгучесть.Коррекционно- воспитательные: воспитать уважение и доброжелательность друг к другу.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполнение комплекса упражнений типа зарядки.	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекс упражнений наименьшее количество раз	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют комплекс упражнений
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение ходьбы с упражнениями для рук вчередовании с другими движениями.2.	1. Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими	1. Выполняют ходьбу с упражнениями для рук в чередовании с другими



	Демонстрирование техники прыжка с разбега: правильно разбегаясь, сильно отталкиваясь и мягко приземляясь.3. Метание с места в вертикальную цель	движениями по показу учителя.2. Прыгают в длину с небольшого разбега.3. Выполняют метание после инструкции и неоднократного показа учителя	движениями.2. Прыгают с небольшого разбега в длину.3. Выполняют метание после инструкции и показа учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторить технику прыжка в длину	Совместно с родителем повторяют технику прыжка в длину	Самостоятельно повторяют технику прыжка в длину
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

## Урок 15

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Набивные мячи, музыка для физкультминутки
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Бросок набивного мяча ( вес до 1 кг) различными способами двумя руками
Цель	Формирование умения выполнять броски набивного мяча ( вес до 1 кг) различными способами двумя руками.
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать умение выполнять броски набивного мяча ( вес до 1 кг) различными способами двумя руками.Коррекционно- развивающие: развивать умение планировать,

	контролировать и давать оценку своим двигательным действиям.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижение поставленной цели.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения в шеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1. Выполняют построение попоказу учителя.2. Выполняют общеразвивающие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют общеразвивающие упражнения.
3. Открытие «нового» знания	Определение названия мяча, какие качества развивают упражнения с этим мячом	Определяют название мяча, называют какие упражнения можно выполнять с этим мячом по инструкции учителя	Определяют название мяча, называют какие упражнения можно выполнять с этим мячом
4. Первичное закрепление материала	1. Выполнение броска, согласовывая движения рук и туловища.2. Ходьба со сменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т.д.3. Коррекционная подвижная игра	1. Бросают набивной мяч из различных исходных положений меньшее количество раз.2. Выполняют ходьбу, ориентируясь на образец выполнения обучающего 2 группы или учителя.3. Участвуют в игре по инструкции учителя	1. Бросают набивной мяч из различных исходных положений.2. Выполняют ходьбу со сменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т.д.3. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
5. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторение техники броска набивного мяча	Совместно с родителем повторяют технику броска набивного мяча	Самостоятельно повторяют технику броска набивного мяча

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

## Урок 16

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Скакалка, набивные мячи, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Чередование бега и быстрой ходьбы		
Цель	Закрепление умения чередовать бег и быструю ходьбу.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить навыки бега в чередовании с быстрой ходьбой.Коррекционно-развивающие: развивать координацию движений и ориентирование в пространстве.Коррекционно-воспитательные: воспитывать самостоятельность в выполнении двигательных действий.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличия спортивной формы и обуви, освобожденных от	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	

	занятия		
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу. 2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1. Выполняют построение по показу учителя. 2. Выполняют общеразвивающие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя	1. Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя. 2. Выполняют общеразвивающие упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение ходьбы змейкой, в полуприседе. 2. Чередование бега и ходьбы по сигналу. 3. Выполнение броска набивного мяча (вес до 1 кг) различными способами двумя руками	1. Удерживают правильное положение тела во время ходьбы (с помощью учителя). 2. Выполняют чередование бега и ходьбы. 3. Бросают набивной мяч из различных исходных положений меньшее количество раз	1. Выполняют ходьбу змейкой, в полуприседе. 2. Выполняют чередование бега и ходьбы. 3. Бросают набивной мяч из различных исходных положений
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в чередование бега и ходьбы	Совместно с родителем осуществляют упражняются в чередование бега и ходьбы	Самостоятельно упражняются в чередование бега и ходьбы
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

## Урок 17

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-	Теннисные мячи, музыка для физкультминутки

техническое обеспечение			
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Прыжки в высоту с места толчком двух ног		
Цель	Совершенствование техники прыжка в высоту с места толчком двух ног.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику прыжка в высоту с места толчком двух ног.Коррекционно- развивающие: развивать физические качества: быстроту, прыгучесть, координацию, быстроту реакции, ловкость.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, доброжелательность, устойчивый интерес к двигательной активности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют общеразвивающие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют общеразвивающие упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение ходьбы приставным шагом правое/левое плечо вперед.2. Выполнение прямолинейного бега с параллельной постановкой стоп.3.	1. Выполняют ходьбу приставным шагом правое/левое плечо вперед, ориентируясь на образец выполнения обучающего 2 группы или учителя.2. Выполняют	1. Выполняют ходьбу приставным шагом правое/левое плечо вперед по сигналу учителя.2. Выполняют прямолинейного бега с параллельной постановкой стоп3.

	Выполнение прыжка из правильного исходного положения.4. Метание теннисного мяча с места одной рукой на дальность	прямолинейного бега с параллельной постановкой стоп с опорой на показ.3. Прыгают в высоту с места толчком двух ног после инструкции и неоднократного показа учителем.4. Выполняют метание после инструкции и неоднократного показа учителя	Прыгают в высоту с места толчком двух ног.4. Выполняют метание после инструкции учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в чередование бега и ходьбы	Совместно с родителем осуществляют упражняются в чередование бега и ходьбы	Самостоятельно упражняются в чередование бега и ходьбы
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

## Урок 18

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Мультимедийная презентация, музыка для физкультминутки
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Осанка
Цель	Формирование навыка правильной осанки.

Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать навык правильной осанки.Коррекционно- развивающие: развивать координацию, силу, скорость, выносливость.Коррекционно- воспитательные: воспитывать упорство и потребность к занятиям физическими упражнениями.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения в шеренгу и сдача рапорта.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1. Выполняют построение попоказу учителя.2. Выполняют общеразвивающие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют общеразвивающие упражнения.
3. Открытие «нового» знания	Беседа о правильной осанке	Получают элементарные теоретические сведения о правильной осанке, зрительно воспринимают и оценивают образец удержания правильной осанки	Получают элементарные теоретические сведения о правильной осанке, зрительно воспринимают и оценивают образец удержания правильной осанки
4. Первичное закрепление материала	1. Выполнение упражнений, направленные на формирования навыка правильной осанки.2. Подвижная игра с бегом	1. Выполняют практические задания с заданными параметрами (демонстрируют правильную осанку, подбирают ответы на вопрос по предоставленным карточкам) с помощью педагога.2. Участвуют в игре по инструкции учителя	1. Выполняют практические задания с заданными параметрами (демонстрируют правильную осанку, упражнения на формирования правильной осанки).2. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
5. Информация о	Инструктаж о выполнении	Совместно с родителем повторяют	Самостоятельно повторяют

домашнем задании, о его выполнении	домашнего задания: повторение теоретических сведений о правильной осанке	теоретические сведения о правильной осанке	теоретические сведения о правильной осанке
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

## Урок 19

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Мультимедийная презентация, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Физические качества		
Цель	Развитие двигательных умений и совершенствование физических качеств, определение понятия - физические качества.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать у обучающихся умения правильно выполнять строевые упражнения.1. Коррекционно- развивающие: развивать навыки контроля и самоконтроля, давать оценку своим двигательным действиям.Коррекционно- воспитательные: воспитывать сознательную дисциплинированность, усердие и трудолюбие для достижения планируемых результатов.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	



		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	самостоятельно или с помощью
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения в шеренгу и сдача рапорта. 2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1. Выполняют построение по показу учителя. 2. Выполняют общеразвивающие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, сдают рапорт. 2. Выполняют общеразвивающие упражнения.
3. Открытие «нового» знания	Беседа об основных физических качествах и упражнениях на их развитие	Просматривают и рассматривают наглядные материалы, слушают учителя о роли средств гимнастики для развития двигательных способностей и физических качеств человека	Просматривают и рассматривают наглядные материалы, слушают учителя о роли средств гимнастики для развития двигательных способностей и физических качеств человека
4. Первичное закрепление материала	1. Выполнение упражнений, направленные на формирования физических качеств. 2. Подвижная игра с бегом	1. Выполняют практические задания с заданными параметрами (подбирают ответы на вопрос по предоставленным карточкам) с помощью педагога. 2. Участвуют в игре по инструкции учителя	1. Выполняют практические задания с заданными параметрами (упражнения на формирования физических качеств). 2. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
5. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторение о роли средств гимнастики для развития двигательных способностей и физических качеств человека	Совместно с родителем повторяют роль средств гимнастики для развития двигательных способностей и физических качеств человека	Самостоятельно повторяют роль средств гимнастики для развития двигательных способностей и физических качеств человека
6. Рефлексия	Подведение итогов, оценка	Оценивают результат своей	Оценивают результат своей

(подведение итогов)	деятельности обучающихся	деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	деятельности, используя различные движения
---------------------	--------------------------	---	--

## Урок 20

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Мячи, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Построение в шеренгу по одному, равнение, перестроение в колонну по одному		
Цель	Совершенствование техники построения в шеренгу по одному, равнение, перестроение в колонну по одному.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику построения в шеренгу по одному, равнение, перестроение в колонну по одному.Коррекционно- развивающие: развивать физические качества: быстроту, прыгучесть, координацию, быстроту реакции, ловкость.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, доброжелательность, устойчивый интерес к двигательной активности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	

	спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия		
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу. 2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1. Выполняют построение по показу учителя. 2. Выполняют общеразвивающие упражнения после неоднократного показа по прямому указанию учителя	1. Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя. 2. Выполняют общеразвивающие упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1. Игровые задания на нахождение своего места в строю, выполнение строевой стойки, соблюдение интервала, выполнение строевых действия во время равнения, размыкание приставным шагом в сторону. 2. Подвижная игра с бегом	1. Выполняют упражнение по показу учителя. 2. Участвуют в игре по инструкции учителя	1. Выполняют упражнение по сигналу. 2. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в чередование бега и ходьбы	Совместно с родителем осуществляют упражняются в чередование бега и ходьбы	Самостоятельно упражняются в чередование бега и ходьбы
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

## Урок 21

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4

Материально-техническое обеспечение	Большие мячи, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Перестроение из колонны по одному в колонну по два и из колонны по два в колонну по одному в движении, с поворотом направо и налево		
Цель	Совершенствование техники перестроения из колонны по одному в колонну по два и из колонны по два в колонну по одному в движении, с поворотом направо и налево.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику перестроения из колонны по одному в колонну по два и из колонны по два в колонну по одному в движении, с поворотом направо и налево.Коррекционно- развивающие: развивать физические качества: быстроту, прыгучесть, координацию, быстроту реакции, ловкость.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, доброжелательность, устойчивый интерес к двигательной активности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполнение общеразвивающих упражнений с большим мячом	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют упражнения с предметами меньшее количество раз	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют упражнения с предметами по показу учителя
3. Включение изученного в систему	1. Игровые задания на нахождение своего места в	1. Участвуют в игровой деятельности под контролем	1. Выполняют игровые задания по команде учителя.2. Выполняют

знаний	строю.2. Перестроение в движении, соблюдение интервала и дистанции.3. Подвижная игра с лазанием	педагога.2. Выполняют упражнение по показу учителя, по пошаговой/ поэтапной инструкции педагога.3. Осваивают и используют игровые умения	упражнение по сигналу/ команде учителя, ориентируюсь на зрительно-пространственные опоры.3. Осваивают и используют игровые умения
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений с мячом	Совместно с родителем выполняют упражнения с мячом	Самостоятельно выполняют упражнения с мячом
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

## Урок 22

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Скамейки, большие мячи, музыка для физкультминутки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Размыкание от середины на вытянутые руки приставными шагами вправо, влево. Основные положения и движения рук, ног, туловища, головы: асимметричные движения рук
Цель	Совершенствование способности выполнять перестроения, упражнения для ориентировки.

Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать понятия и базы о размыканиях в шеренге и колонне, умению выполнять ходьбу по скамейке с различным положением рук.Коррекционно- развивающие: развивать физические качества: быстроту, прыгучесть, координацию, быстроту реакции, ловкость.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, доброжелательность, устойчивый интерес к двигательной активности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполнение общеразвивающих упражнений с большим мячом	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют упражнения с предметами меньшее количество раз	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют упражнения с предметами по показу учителя
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение размыкания по команде учителя, выполнение наклонов, поворотов туловища в сочетании с движениями рук и ног, выпадов правой и левой ногой, переходов из упора присев в упор лежа, приседаний, наклонов головы.2. Подвижная игра с прыжками	1. Выполняют основные положения и движения рук, ног, туловища, головы с наименьшим количеством повторений, по возможности.2. Осваивают и используют игровые умения	1. Выполняют основные положения и движения рук, ног, туловища, головы после показа учителем.2. Осваивают и используют игровые умения
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений приседаний и наклонов головы	Совместно с родителем приседают и выполняют наклоны головы	Самостоятельно приседают и выполняют наклоны головы
5. Рефлексия	Подведение итогов, оценка деятельности	Оценивают результат своей	Оценивают результат своей

(подведение итогов)	обучающихся	деятельности с опорой на вопросы учителя	деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»
---------------------	-------------	--	---

## Урок 23

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Повороты «направо», «налево». Ходьба и бег «змейкой»		
Цель	Совершенствование способности выполнять повороты «направо», «налево», ходьбы и бега «змейкой».		
Задачи	Коррекционно-образовательные: совершенствовать способности выполнять повороты «направо», «налево», ходьбы и бега «змейкой». Коррекционно-развивающие: развивать физические качества: быстроту, прыгучесть, координацию, быстроту реакции, ловкость. Коррекционно-воспитательные: воспитывать дисциплинированность, доброжелательность, устойчивый интерес к двигательной активности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви,	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	

	освобожденных от занятия		
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу. 2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1. Выполняют построение по показу учителя. 2. Выполняют упражнения с предметами меньшее количество раз	1. Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя. 2. Выполняют упражнения с предметами по показу учителя
3. Включение изученного в систему знаний	1. Ориентирование в схеме своего тела. 2. Совершенствование функции дыхания во время ходьбы и бега	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений. 2. Выполняют ходьбу и бег «змейкой»	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений. 2. Выполняют ходьбу и бег «змейкой»
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ходьбы и бега «змейкой»	Совместно с родителем выполняют ходьбу и бег «змейкой»	Самостоятельно выполняют ходьбу и бег «змейкой»
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

## Урок 24

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Гимнастическая стенка, музыка для физкультминутки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)



Тема	Лазание по гимнастической стенке вверх-вниз разноименным способом, с одновременной перестановкой руки и ноги		
Цель	Создание условия для формирования у учащихся представления о технике выполнения лазания по гимнастической стенке вверх вниз разноименным способом.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику лазания по гимнастической стенке вверх-вниз разноименным способом.Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей.Коррекционно-воспитательные: воспитывать умение обучающихся взаимодействовать со сверстниками в игровой деятельности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполнение коррегирующих упражнений на дыхание	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют коррегирующих упражнений на дыхание	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют коррегирующих упражнений на дыхание
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение лазания по гимнастической стенке разноименным способом ставя ноги на каждую рейку или через одну.2. Коррекционная игра	1. Выполняют упражнения в лазание на меньшую высоту.2. Участвуют в игре по инструкции учителя	1. Выполняют упражнения в лазание.2. Играют в подвижную игру после инструкции учителя

4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение коррегирующих упражнений на дыхание	Совместно с родителем выполняют коррегирующих упражнений на дыхание	Самостоятельно выполняют коррегирующих упражнений на дыхание
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

## Урок 25

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Гимнастические скамейки, музыка для физкультминутки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Ползание на четвереньках в медленном темпе по горизонтальной гимнастической скамейке
Цель	Формирование навыков ползания на четвереньках в медленном темпе по горизонтальной гимнастической скамейке.
Задачи	Коррекционно-образовательные: продолжать обучение ползанию на четвереньках в медленном темпе по горизонтальной гимнастической скамейке. Коррекционно-развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей. Коррекционно-воспитательные: воспитывать умение обучающихся взаимодействовать со сверстниками в игровой деятельности.
Этапы урока	Содержание деятельности

	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу. 2. Выполнение упражнений на равновесие	1. Выполняют построение по показу учителя. 2. Выполняют упражнения в равновесии по показу учителя, по возможности	1. Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя. 2. Выполняют упражнения в равновесии по инструкции учителя
3. Включение изученного в систему знаний	1. Передвижение по гимнастической скамейке, приняв правильное положение упора. 2. Подвижная игра с элементами лазания	1. Выполняют упражнения в ползании, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. 2. Осваивают и используют игровые умения	1. Выполняют упражнения в ползании после инструкции учителя. 2. Осваивают и используют игровые умения
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений на равновесие	Совместно с родителем выполняют упражнений на равновесие	Самостоятельно выполняют упражнений на равновесие
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Гимнастические палки, гимнастические скамейки, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Упражнения с гимнастическими палками		
Цель	Совершенствования навыка выполнения общеразвивающих упражнений с гимнастической палкой.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать навык выполнения общеразвивающих упражнений с гимнастической палкой.Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей.Коррекционно- воспитательные: воспитывать умение обучающихся взаимодействовать со сверстниками в игровой деятельности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполнение упражнений на равновесие	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют упражнения в равновесии по показу учителя, по возможности	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют упражнения в равновесии по инструкции учителя
3. Включение	1. Выполнение упражнений с	1. Выполняют упражнения с	1. Выполняют упражнения с

изученного в систему знаний	гимнастической палкой: удержание гимнастической палки двумя руками хватом снизу и сверху, над головой, на уровне лопаток, переключивание, поднимание, подбрасывание и ловля, перешагивание.2. Выполнение ползания на четвереньках в медленном темпе по горизонтальной гимнастической скамейке	гимнастической палкой после неоднократного показа по прямому указанию учителя.2. Выполняют ползание на четвереньках в медленном темпе по горизонтальной гимнастической скамейке с помощью учителя, по возможности	гимнастической палкой после показа учителем.2. Выполняют ползание на четвереньках в медленном темпе по горизонтальной гимнастической скамейке по показу учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений на равновесие	Совместно с родителем выполняют упражнения на равновесие	Самостоятельно выполняют упражнения на равновесие
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

## Урок 27

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Гимнастические скамейки, мячи, музыка для физкультминутки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Упражнения на формирования правильной осанки
Цель	Освоение упражнений для формирования правильной осанки.

Задачи	Коррекционно- образовательные: осваивать инструкцию по ТБ, правила игры, упражнений для формирования осанки.Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей.Коррекционно-воспитательные: воспитывать умение обучающихся взаимодействовать со сверстниками в игровой деятельности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполнение упражнений на равновесие	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют упражнения в равновесии по показу учителя, по возможности	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют упражнения в равновесии по инструкции учителя
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение различных видов ходьбы с изменением положений рук, ходьбы по гимнастической скамейке, перешагивание через предметы.2. Эстафеты с мячом	1. Выполняют упражнения для расслабления мышц, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы.2. Участвуют в соревновательной деятельности	1. Выполняют упражнения для расслабления мышц по показу и инструкции учителя.2. Участвуют в соревновательной деятельности
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений для формирования правильной осанки	Совместно с родителем выполняют упражнения для формирования правильной осанки	Самостоятельно выполняют упражнения для формирования правильной осанки

5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»
-------------------------------------	--	--	---

## Урок 28

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Мячи, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Тренировка дыхания		
Цель	Освоение упражнений для тренировки правильного дыхания.		
Задачи	Коррекционно-образовательные: осваивать упражнения для тренировки правильного дыхания.Коррекционно-развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, правильного дыхания.Коррекционно-воспитательные: воспитывать умение обучающихся взаимодействовать со сверстниками в игровой деятельности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличия спортивной формы и обуви,	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	

	освобожденных от занятия		
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу. 2. Выполнение упражнений на формирование правильной осанки	1. Выполняют построение по показу учителя. 2. Выполняют упражнения на формирование правильной осанки по показу учителя, по возможности	1. Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя. 2. Выполняют упражнения на формирование правильной осанки по инструкции учителя
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение перестроения из колонны по одному в колонну по два и из колонны по два в колонну по одному в движении, с поворотом направо и налево. 2. Выполнение дыхательных упражнений в ходьбе и беге. 3. Коррекционная подвижная игра	1. Выполняют упражнение по показу учителя, по пошаговой/ поэтапной инструкции педагога. 2. Получают элементарные сведения о правилах дыхания во время ходьбы и бега. 3. Участвуют в игре по инструкции учителя	1. Выполняют упражнение по сигналу/ команде учителя, ориентируюсь на зрительно-пространственные опоры. 2. Получают элементарные сведения о правилах дыхания во время ходьбы и бега. 3. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений на дыхание	Совместно с родителем выполняют упражнения на дыхание	Самостоятельно выполняют упражнения на дыхание
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

## Урок 29

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-	Мячи, гимнастические палки, музыка для физкультминутки



техническое обеспечение			
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Ходьба с предметом на голове, сохраняя правильную осанку		
Цель	Освоение ходьбы с предметом на голове, сохраняя правильную осанку.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: осваивать ходьбу с предметами на голове, сохраняя правильную осанку Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, правильной осанки. Коррекционно- воспитательные: воспитывать умение обучающихся взаимодействовать со сверстниками в игровой деятельности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличия спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу. 2. Выполнение упражнений на формирование правильной осанки	1. Выполняют построение по показу учителя. 2. Выполняют упражнения на формирование правильной осанки по показу учителя, по возможности	1. Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя. 2. Выполняют упражнения на формирование правильной осанки по инструкции учителя
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение упражнений с гимнастической палкой. 2. Удержание в ходьбе предмета на голове, сохраняя	1. Выполняют упражнения с предметом меньшее количество повторений. 2. Выполняют ходьбу с предметом на голове, сохраняя	1. Выполняют упражнения с предметом по инструкции учителя. 2. Выполняют ходьбу с предметом на голове, сохраняя

	правильную осанку.3. Коррекционная подвижная игра	правильную осанку по прямому указанию учителя.3. Участвуют в игре по инструкции учителя	правильную осанку.3. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений в ходьбе предмета на голове, сохраняя правильную осанку	Совместно с родителем упражняться в ходьбе предмета на голове, сохраняя правильную осанку	Самостоятельно упражняться в ходьбе предмета на голове, сохраняя правильную осанку
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

## Урок 30

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Мячи, гимнастические скамейки, музыка для физкультминутки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Упражнения для развития пространственно- дифференцировки
Цель	Освоение упражнений для развития пространственно- дифференцировки.
Задачи	Коррекционно- образовательные: осваивать упражнения для развития пространственно-дифференцировки.Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств.Коррекционно- воспитательные: воспитывать умение обучающихся взаимодействовать

	со сверстниками в игровой деятельности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу. 2. Выполнение развивающих упражнений	1. Выполняют построение по показу учителя. 2. Выполняют развивающие упражнения по показу учителя, по возможности	1. Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя. 2. Выполняют развивающие упражнения по инструкции учителя
3. Включение изученного в систему знаний	1. Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения, выполнение ходы и бега между различными ориентирами, прохождение по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам. 2. Удержание в ходьбе предмета на голове, сохраняя правильную осанку. 3. Коррекционная подвижная игра	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений с помощью учителя, по возможности. 2. Выполняют ходьбу с предметом на голове, сохраняя правильную осанку по прямому указанию учителя. 3. Участвуют в игре по инструкции учителя	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений по показу учителя. 2. Выполняют ходьбу с предметом на голове, сохраняя правильную осанку. 3. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений для развития пространственно-	Совместно с родителем выполняют упражнения для развития пространственно-дифференцировки	Самостоятельно выполняют упражнения для развития пространственно-дифференцировки

	дифференцировки		
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

## Урок 31

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Гимнастические скамейки, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Упражнения для развития точности движений		
Цель	Освоение упражнений для развития точности движений.		
Задачи	Коррекционно-образовательные: осваивать упражнения для развития точности движений. Коррекционно-развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, точности движений. Коррекционно-воспитательные: воспитывать умение обучающихся взаимодействовать со сверстниками в игровой деятельности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	

	уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия		
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу. 2. Выполнение упражнений на равновесие	1. Выполняют построение по показу учителя. 2. Выполняют упражнения на равновесие по показу учителя, по возможности	1. Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя. 2. Выполняют упражнения на равновесие по инструкции учителя
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение ходьбы по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам. 2. Подвижная игра с бегом	1. Выполняют по показу учителя упражнения для развития точности движений и равновесия, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. 2. Участвуют в игре по инструкции учителя	1. Выполняют упражнения для развития точности движений и равновесия, ориентируясь на образец выполнения учителем. 2. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений для развития точности движений	Совместно с родителем выполняют упражнения для развития точности движений	Самостоятельно выполняют упражнения для развития точности движений
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

## Урок 32

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4

Материально-техническое обеспечение	Обруч, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Упражнения с обручем		
Цель	Формирование умений выполнять упражнения с обручем.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: научить выполнять упражнения с обручем.Коррекционно- развивающие: развивать навык взаимодействия обучающихся, быстроту, ловкость, внимание, координацию движений.Коррекционно- воспитательные: воспитание дисциплинированности, организованности, трудолюбия.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполнение упражнений на равновесие	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют упражнения на равновесие по показу учителя, по возможности	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют упражнения на равновесие по инструкции учителя
3. Включение изученного в систему знаний	1. Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения, выполнение ходы и бега между различными ориентирами.	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений с помощью учителя, по	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений по показу учителя.2.Выполняют

	2.Выполнение упражнений с предметом: удержание обруча двумя руками, перекладывание из одной руки в другую, выполнение различных исходных положений с обручем в руках, наклоны, приседания, прыжки, переступание	возможности. 2.Выполняют упражнения с предметами после неоднократного показа по прямому указанию учителя	упражнения с предметами после показа учителем
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений с обручем	Совместно с родителем выполняют упражнения с обручем	Самостоятельно выполняют упражнения с обручем
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

### Урок 33

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Обруч, большие мячи, музыка для физкультминутки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Подлезание под препятствием высотой до 1 м
Цель	Формирование навыка подлезания под препятствия.

Задачи	Коррекционно- образовательные: разучить технику постановки рук при подлезании под препятствия.Коррекционно- развивающие: развивать согласованность движений рук и ног.Коррекционно- воспитательные: воспитывать осознанность в выполнении двигательных действий.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2.Выполнение общеразвивающих упражнений с большим мячом	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют упражнения с предметами меньшее количество раз	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют упражнения с предметами по показу учителя
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение упражнений с обручем.2.Выполнение подлезания подпрепятствием, используя способ движения: в опоре на предплечья, попластунски.3.Эстафеты с обручем	1. Выполняют упражнения спредметами после неоднократного показа попрямоу указанию учителя.2.Выполняют подлезание подпрепятствием высотой 40-50 см, ориентируясь на образецвыполнения учителем и/илиобучающимися 2 группы.3.Участвуют всоревновательной деятельности	1.Выполняют упражнения с предметами после показа учителем.2.Выполняют подлезание под препятствием высотой 40- 50 см.3.Участвуют в соревновательной деятельности
4. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений с обручем	Совместно с родителем выполняют упражнения с обручем	Самостоятельно выполняют упражнения с обручем



5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»
-------------------------------------	--	--	---

## Урок 34

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Гимнастический козел, гимнастическое бревно, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Перелезание через гимнастического козла, гимнастическое бревно		
Цель	Формирование техники перелезания через гимнастического козла, гимнастическое бревно.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: сформировать технику перелезания через гимнастического козла, гимнастическое бревно.Коррекционно- развивающие: развивать координацию, силу, гибкость.Коррекционно- воспитательные: воспитывать культуру общения обучающихся, взаимовыручку, внимательность.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви,	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	

	освобожденных от занятия		
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу. 2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1. Выполняют построение по показу учителя. 2. Выполняют упражнения с предметами меньшее количество раз	1. Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя. 2. Выполняют упражнения с предметами по показу учителя
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение упражнения в перелезании с опорой на грудь (живот) через препятствия. 2. Подвижная игра с элементами общеразвивающих упражнений	1. Преодолевают препятствия с помощью учителя, по возможности. 2. Участвуют в игре по инструкции учителя	1. Преодолевают препятствия после инструкции учителя. 2. Играют в подвижную игру после инструкции учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение общеразвивающих упражнений	Совместно с родителем выполняют общеразвивающие упражнения	Самостоятельно выполняют общеразвивающие упражнения
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

## Урок 35

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Гимнастическая скамейка, мячи, музыка для физкультминутки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)

Тема	Ходьба по гимнастической скамейке прямо, правым, левым боком с различными положениями рук, с мячом в руках, бросанием и ловлей		
Цель	Закрепление умения правильно выполнять ходьбу по гимнастической скамейке.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить умение правильно выполнять ходьбу по гимнастической скамейке.Коррекционно- развивающие: развивать силовые качества, выносливость.Коррекционно- воспитательные: воспитывать чувство взаимопомощи.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют упражнения с предметами меньшее количество раз	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют упражнения с предметами по показу учителя
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение комплекса упражнений типа зарядки. 2.Сохранение равновесия на ограниченной поверхности, выполняя передвижения, двигательные действия с мячом	1.Выполняют комплекс меньшее количество повторений.2.Выполняют ходьбу по гимнастической скамейке прямо, правым, левым боком с различными положениями рук после неоднократного показа по прямому указанию учителя	1. Выполняют комплекс упражнений по показу учителя. 2.Выполняют ходьбу по гимнастической скамейке прямо, правым, левым боком с различными положениями рук самостоятельно

4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение общеразвивающих упражнений	Совместно с родителем выполняют общеразвивающие упражнения	Самостоятельно выполняют общеразвивающие упражнения
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

## Урок 36

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Гимнастическая скамейка, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Ходьба по гимнастической скамейке парами		
Цель	Закрепление умения правильно выполнять ходьбу по гимнастической скамейке парами.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить умение правильно выполнять ходьбу по гимнастической скамейке парами.Коррекционно- развивающие: способствовать развитию правильной осанки, равновесия, координации движений.Коррекционно- воспитательные: воспитывать чувство взаимопомощи.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	

		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу. 2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1. Выполняют построение по показу учителя. 2. Выполняют упражнения с предметами меньшее количество раз	1. Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя. 2. Выполняют упражнения с предметами по показу учителя
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение упражнений для развития мышц кистей рук и пальцев. 2. Выполнение ходьбы по гимнастической скамейке парами управление равновесием, взаимодействие слаженно	1. Выполняют упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев по показу учителя. 2. Выполняют упражнения на равновесие по возможности	1. Выполняют упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев по показу учителя. 2. Выполняют упражнения на равновесие по показу учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений для развития мышц кистей рук и пальцев	Совместно с родителем выполняют упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев	Самостоятельно выполняют упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

## Урок 37

Предмет	Адаптивная физическая культура
---------	--------------------------------

Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Гимнастическая скамейка, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Ходьба по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам		
Цель	Закрепление умения правильно выполнять ходьбу по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам .		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить умение правильно выполнять ходьбу по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам.Коррекционно- развивающие: способствовать развитию правильной осанки, равновесия, координации движений.Коррекционно- воспитательные: воспитывать чувство взаимопомощи.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполнение общеразвивающих упражнений	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют упражнения с предметами меньшее количество раз	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют упражнения с предметами по показу учителя
3. Включение изученного в систему	1.Выполнение упражнений сохраняя равновесие	1.Выполняют упражнения на равновесие, преодолевают	1. Выполняют упражнения на равновесие,

знаний	преодолевают препятствия.2.Подвижная игра с бегом и прыжками	препятствия с помощью учителя.2.Участвуют в игре по инструкции учителя	преодолевают препятствия по инструкции учителя.2.Играют в подвижную игру после инструкции учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений на равновесие	Совместно с родителем выполняют упражнения на равновесие	Самостоятельно выполняют упражнения на равновесие
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

## Урок 38

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Гимнастическая скамейка, музыка для физкультминутки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Расхождение вдвоем поворотом при встрече на гимнастической скамейке
Цель	Развитие координации движений через выполнение серий упражнений на гимнастической скамейке.
Задачи	Коррекционно- образовательные: ознакомить с новым способом передвижения по гимнастической скамейке.Коррекционно- развивающие: способствовать развитию правильной осанки, равновесия, координации движений.Коррекционно- воспитательные: воспитывать чувство взаимопомощи.

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу. 2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя. 2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя. 2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение упражнений сохраняя равновесие при выполнении упражнения на гимнастической скамейке. 2. Подвижная игра с бегом и прыжками	1. Выполняют упражнения на равновесие после неоднократного показа по прямому указанию учителя. 2. Участвуют в игровых заданиях (в паре)	1. Выполняют упражнения на равновесие после показа учителем. 2. Участвуют в соревновательной деятельности
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений на равновесие	Совместно с родителем выполняют упражнения на равновесие	Самостоятельно выполняют упражнения на равновесие
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»



# Урок 39

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Стойка на одной ноге, другая согнута вперед, руки в различных исходных положениях		
Цель	Формирование представления о равновесии и упражнениях на развитие равновесия.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: обучать элементам равновесия (стойка на одной ноге, другая согнута вперед, руки в различных исходных положениях).Коррекционно- развивающие: способствовать развитию правильной осанки, равновесия, координации движений.Коррекционно- воспитательные: воспитывать чувство ответственности за порученное задание.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на

			образец
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнения упражнения в перелезании с опорой на грудь (живот) через препятствия. 2. Удержание равновесия при выполнении стойки на одной ноге с различными положениями рук	1. Преодолевают препятствия с помощью учителя, по возможности. 2. Выполняют упражнения в равновесии после неоднократного показа учителя	1. Преодолевают препятствия после инструкции учителя. 2. Выполняют упражнения на равновесие
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений на равновесие	Совместно с родителем выполняют упражнения на равновесие	Самостоятельно выполняют упражнения на равновесия
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

#### Урок 40

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Обруч, набивные мячи, скамейка, гимнастический мат, музыка для физкультминутки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Переноска грузов
Цель	Формирование умения выполнять скручивания из различных исходных положений методом передачи предметов из рук в руки.

Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать умение выполнять скручивания из различных исходных положений методом передачи предметов из рук в руки.Коррекционно- развивающие: развивать крупную моторику, гибкость, умение согласованно в парах выполнять движения.Коррекционно- воспитательные: воспитывать умение вести себя на уроке, следуя указаниям учителя.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1.Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1.Выполняют построение и перестроения по сигналу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение упражнений с обручем.2.Выполнение подлезания под препятствием, используя способ движения: в опоре на предплечья, по-пластунски.3.Выполнение упражнений в переноске набивных мячей, общим весом до 5 кг на расстояние 10-15 м, матов, скамеек	1. Выполняют упражнения с предметами после неоднократного показа по прямому указанию учителя.2.Выполняют подлезание под препятствием высотой 40-50 см, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. 3.Переносят груз и передают предметы с помощью учителя	1. Выполняют упражнения с предметами после показа учителем.2.Выполняют подлезание под препятствием высотой 40- 50 см.3.Переносят груз и передают предметы

4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений с обручем	Совместно с родителем выполняют упражнения с обручем	Самостоятельно выполняют упражнения с обручем
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

## Урок 41

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Набивные мячи, гимнастические скамейки, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Игры с элементами корригирующих упражнений: «Ловишки- хвостики», «Салки»		
Цель	Выполнение игровых действий.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: выполнять игровые действия. Коррекционно- развивающие: закрепить навык выполнения низкого старта, технику стартового разгона и финиширования, развивать скоростно-силовые качества Коррекционно- воспитательные: воспитать культуру общения, повысить интерес обучающихся к занятиям.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения, выполнение ходы и бега между различными ориентирами. 2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений с помощью учителя, по возможности. 2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений по показу учителя. 2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение общеразвивающих упражнений с малыми мячами. 2. Выполнение ходьбы по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам. 3. Подвижные игры на выполнение упражнений в беге в различных направлениях, на скорость не наталкиваясь, друг на друга, выполнение действий по сигналу и согласно правилам игры	1. Выполняют ходьбу по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам с помощью педагога. 2. Выполняют общеразвивающие упражнения с предметами меньшее количество повторений. 3. Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный	1. Выполняют общеразвивающие упражнения с предметами. 2. Выполняют ходьбу по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам. 3. Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя

		показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя)	
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ходьбы со сменой положения рук	Совместно с родителем выполняют ходьбу со сменой положения рук	Самостоятельно выполняют ходьбу со сменой положения рук
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

## Урок 42

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Набивные мячи, гимнастические скамейки, музыка для физкультминутки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Игры с элементами корригирующих упражнений: «Ловишки- хвостики», «Салки»
Цель	Выполнение игровых действий.
Задачи	Коррекционно- образовательные: выполнять игровые действия. Коррекционно- развивающие: закрепить навык выполнения низкого старта, технику стартового разгона и финиширования, развивать скоростно-силовые качества. Коррекционно- воспитательные: воспитать культуру общения, повысить интерес обучающихся к занятиям.
Этапы урока	Содержание деятельности

	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения, выполнение ходы и бега между различными ориентирами. 2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений с помощью учителя, по возможности. 2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений по показу учителя. 2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение общеразвивающих упражнений с малыми мячами. 2. Выполнение ходьбы по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам. 3. Подвижные игры на выполнение упражнений в беге в различных направлениях, на скорость не наталкиваясь, друг на друга, выполнение действий по сигналу и согласно правилам игры	1. Выполняют ходьбу по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам с помощью педагога. 2. Выполняют общеразвивающие упражнения с предметами меньшее количество повторений. 3. Участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на	1. Выполняют общеразвивающие упражнения с предметами. 2. Выполняют ходьбу по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам. 3. Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя

		поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя)	
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение ходьбы со сменой положения рук	Совместно с родителем выполняют ходьбу со сменой положения рук	Самостоятельно выполняют ходьбу со сменой положения рук
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

### Урок 43

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Мячи, скакалка, музыка для физкультминутки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Игры на развитие внимания, памяти, точности движений: «Школа мяча»
Цель	Выполнение игровых действий.
Задачи	Коррекционно-образовательные: выполнять игровые действия. Коррекционно-развивающие: закрепить навык выполнения низкого старта, технику стартового разгона и финиширования, развивать скоростно-силовые качества. Коррекционно-воспитательные: воспитать культуру общения, повысить интерес



	обучающихся к занятиям.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения, выполнение ходы и бега между различными ориентирами. 2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений с помощью учителя, по возможности. 2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений по показу учителя. 2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение упражнений со скакалкой. 2. Бросание и ловля мяча из разных положений, двумя руками, правой и левой рукой. 3. Выполнение прыжков через скакалку на двух ногах	1. Выполняют упражнения со скакалкой по возможности. 2. Осваивают и используют игровые умения. 3. Осваивают прыжки через скакалку по возможности	1. Выполняют упражнения со скакалкой по показу учителя. 2. Осваивают и используют игровые умения. 3. Прыгают через скакалку на двух ногах
4. Информация о	Инструктаж о выполнении	Совместно с родителем выполняют	Самостоятельно выполняют прыжки на

домашнем задании, о его выполнении	домашнего задания: Выполнение прыжков на двух ногах	прыжки на двух ногах	двух ногах
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

## Урок 44

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Мячи, скакалка, музыка для физкультминутки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Игры на развитие внимания, памяти, точности движений: «Школа мяча»		
Цель	Выполнение игровых действий.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: выполнять игровые действия.Коррекционно- развивающие: закрепить навык выполнения низкого старта, технику стартового разгона и финиширования, развивать скоростно-силовые качестваКоррекционно- воспитательные: воспитать культуру общения, повысить интерес обучающихся к занятиям.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1.	Приветствие учителя.	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют	

Организационный этап	Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	учителя	
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения, выполнение ходы и бега между различными ориентирами. 2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений с помощью учителя, по возможности. 2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений по показу учителя. 2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение упражнений со скакалкой. 2. Бросание и ловля мяча из разных положений, двумя руками, правой и левой рукой. 3. Выполнение прыжков через скакалку на двух ногах	1. Выполняют упражнения со скакалкой по возможности. 2. Осваивают и используют игровые умения. 3. Осваивают прыжки через скакалку по возможности	1. Выполняют упражнения со скакалкой по показу учителя. 2. Осваивают и используют игровые умения. 3. Прыгают через скакалку на двух ногах
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: Выполнение прыжков на двух ногах	Совместно с родителем выполняют прыжки на двух ногах	Самостоятельно выполняют прыжки на двух ногах
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

# Урок 45

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Презентация, лыжные палки, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Техника безопасности и правила поведения на лыже		
Цель	формирование навыка безопасного обращения с лыжами.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать навык безопасного обращения с лыжами.Коррекционно-развивающие: организовывать здоровьесберегательную деятельность с помощью катания на лыжах.Коррекционно- воспитательные: воспитывать бережное обращение с инвентарём.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения в шеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение попоказу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Открытие «нового» знания	Беседа о правилах обращения с лыжным	Слушают правила поведения на уроках лыжной подготовки, информацию о	Слушают правила поведения на уроках лыжной подготовки,

	инвентарем и техники безопасности на занятиях лыжным спортом	предупреждении травм и обморожений с опорой на наглядность (презентации, картинки, карточки), участвуют в беседе и отвечают на вопросы учителя с опорой на визуальный план	информацию о предупреждении травм и обморожений с опорой на наглядность (презентации, картинки, карточки), участвуют в беседе и отвечают на вопросы учителя
4. Первичное закрепление материала	1. Тренировочные упражнения в подготовке к занятию, выбор лыж и палок	1. Готовятся к занятию, выбирают лыжи и палки с помощью учителя	1. Готовятся к занятию, выбирают лыжи и палки
5. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторить правила поведения на уроках лыжной подготовки	Совместно с родителем повторяют правила поведения на уроках лыжной подготовки	Самостоятельно повторяют правила поведения на уроках лыжной подготовки
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

## Урок 46

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)

Тема	Совершенствование техники выполнения строевых команд и приемов		
Цель	совершенствование техники выполнения строевых команд и приёмов.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: учить самостоятельному проведению строевых команд и приёмов.Коррекционно- развивающие: учить правильному дыханию при выполнении упражнений.Коррекционно- воспитательные: воспитывать чувство ответственности за порученное задание.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличия спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения, выполнение ходы и бега между различными ориентирами.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений с помощью учителя, по возможности.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений по показу учителя.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Тренировочные упражнения в подборе лыжного инвентаря и одежды к занятию.2.	1.Готовятся к занятию, выбирают лыжи и палки с помощью учителя2.Выполняют строевые команды по сигналу учителя	1. Готовятся к занятию, выбирают лыжи и палки2. Выполняют строевые команды по сигналу учителя

	Выполнение строевых команд с лыжами и на лыжах, надевание и снятие лыж и палок		
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторение тренировочных упражнений подбора лыжного инвентаря и одежды к занятию	Совместно с родителем повторяют тренировочные упражнения в подборе лыжного инвентаря и одежды к занятию	Самостоятельно повторяют тренировочные упражнения в подборе лыжного инвентаря и одежды к занятию
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

## Урок 47

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Совершенствование техники выполнения строевых команд и приемов
Цель	совершенствование техники выполнения строевых команд и приёмов.
Задачи	Коррекционно-образовательные: учить самостоятельному проведению строевых команд и

	приёмов.Коррекционно- развивающие: учить правильному дыханию при выполнении упражнений.Коррекционно- воспитательные: воспитывать чувство ответственности за порученное задание.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличия спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1.Построение в шеренгу, колонну, с изменением места построения, выполнение ходы и бега между различными ориентирами.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений с помощью учителя, по возможности.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений по показу учителя.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Тренировочные упражнения в подборе лыжного инвентаря и одежды к занятию.2. Выполнение строевых команд с лыжами и на лыжах, надевание и снятие лыж и палок	1.Готовятся к занятию, выбирают лыжи и палки с помощью учителя2.Выполняют строевые команды по сигналу учителя	1. Готовятся к занятию, выбирают лыжи и палки2. Выполняют строевые команды по сигналу учителя



4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторение тренировочных упражнений подбора лыжного инвентаря и одежды к занятию	Совместно с родителем повторяют тренировочные упражнения в подборе лыжного инвентаря и одежды к занятию	Самостоятельно повторяют тренировочные упражнения в подборе лыжного инвентаря и одежды к занятию
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

## Урок 48

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Передвижение в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию
Цель	совершенствование техники передвижения в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию.
Задачи	Коррекционно- образовательные: объяснять, как держать и выполнять передвижение с лыжами на плече и под рукой.Коррекционно- развивающие: развивать физические качества (быстроту, выносливость) и координационные способности.Коррекционно- воспитательные: воспитывать сознательное отношение при выполнении упражнений.

Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги. 2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами. 2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами. 2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1. Повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне. 2. Тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря. 3. Переступание на лыжах вокруг пяток	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. 2. Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя. 3. Выполняют переступание на лыжах по показу учителя	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. 2. Одевают лыжный инвентарь. 3. Выполняют переступание на лыжах
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне	Совместно с родителем повторяют безопасные способы переноски лыж при движении в колонне	Самостоятельно повторяют безопасные способы переноски лыж при движении в колонне
5. Рефлексия	Подведение итогов, оценка	Оценивают результат своей	Оценивают результат своей

(подведение итогов)	деятельности обучающихся	деятельности с опорой на вопросы учителя	деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»
---------------------	--------------------------	--	---

## Урок 49

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Подготовка к передвижению на лыжах		
Цель	формирование умения двигаться на лыжах.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать умения обучающихся делать повороты переступанием в движении по лыжне.Коррекционно- развивающие: развивать физические качества учащихся (силу, ловкость, выносливость, координацию движений).Коррекционно- воспитательные: воспитывать у обучающихся потребность в здоровом образе жизни, воспитывать чувство ответственности, упорства в достижении поставленной цели.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличия спортивной формы и	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	

	обуви, освобожденных от занятия		
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги. 2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами. 2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами. 2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1. Повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне. 2. Ухаживание за лыжным инвентарем, одевание его. 3. Переступание на лыжах вокруг пяток, носков, приставной шаг вправо, влево	1. Повторяют безопасные способы переноски лыж при движении в колонне с опорой на образец. 2. Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя, по возможности самостоятельно. 3. Выполняют переступание на лыжах (по возможности)	1. Повторяют безопасные способы переноски лыж при движении в колонне. 2. Одевают лыжный инвентарь самостоятельно. 3. Выполняют переступание на лыжах по показу учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне	Совместно с родителем повторяют безопасные способы переноски лыж при движении в колонне	Самостоятельно повторяют безопасные способы переноски лыж при движении в колонне
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Совершенствование техники выполнения ступающего шага без палок и с палками		
Цель	ознакомление с техникой ступающего шага на лыжах без палок.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать умение движения на лыжах в колонне с соблюдением дистанции.Коррекционно- развивающие: развивать физические качества учащихся (силу, ловкость, выносливость, координацию движений).Коррекционно- воспитательные: воспитывать бережное обращение с инвентарем.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения

		обучающимися 2 группы	
3. Включение изученного в систему знаний	1.Повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне.2.Тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря.3. Выполнение ступающего шага: перекрестная координация движений рук и ног, перенос тяжести тела с одной ноги на другую, правильное положение туловища и головы	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2.Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя3. Передвигаются на лыжах ступающим шагом	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2. Одевают лыжный инвентарь. 3.Передвигаются по лыжне ступающим шагом
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение тренировочных упражнений на одевании лыжного инвентаря	Совместно с родителем выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря	Самостоятельно выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

## Урок 51

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)

Тема	Совершенствование техники выполнения скользящего шага без палок и с палками		
Цель	ознакомление с техникой скользящего шага на лыжах без палок.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать умение движения на лыжах в колонне с соблюдением дистанции.Коррекционно- развивающие: развивать физические качества учащихся (силу, ловкость, выносливость, координацию движений).Коррекционно- воспитательные: воспитывать бережное обращение с инвентарем.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне.2.Одевание лыжного инвентаря. 3.Передвижение на лыжах свободным, накатистым шагом без палок и с палками	1.Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2.Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя3. Передвигаются на лыжах скользящим шагом	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. 2.Одевают лыжный инвентарь. 3.Передвигаются по лыжне скользящим шагом

4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение тренировочных упражнений на одевании лыжного инвентаря	Совместно с родителем выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря	Самостоятельно выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

## Урок 52

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Совершенствование техники выполнения скользящего шага без палок и с палками		
Цель	ознакомление с техникой скользящего шага на лыжах без палок.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать умение движения на лыжах в колонне с соблюдением дистанции.Коррекционно- развивающие: развивать физические качества учащихся (силу, ловкость, выносливость, координацию движений).Коррекционно- воспитательные: воспитывать бережное обращение с инвентарем.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	



		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги. 2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами. 2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами. 2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1. Повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне. 2. Одевание лыжного инвентаря. 3. Передвижение на лыжах свободным, накатистым шагом без палок и с палками	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. 2. Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя. 3. Передвигаются на лыжах скользящим шагом	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. 2. Одевают лыжный инвентарь. 3. Передвигаются по лыжне скользящим шагом
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение тренировочных упражнений на одевании лыжного инвентаря	Совместно с родителем выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря	Самостоятельно выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

# Урок 53

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Прохождение отрезков на время от 200 до 300 м		
Цель	совершенствование техники изученных лыжных ходов.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать умение прохождения отрезков на время от 200 до 300 м. Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств: координации, выносливости. Коррекционно- воспитательные: воспитывать самостоятельность и личную ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличия спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги. 2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами. 2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец	1. Выполняют построение с лыжами. 2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения

		выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	
3. Включение изученного в систему знаний	1.Повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне.2.Одевание лыжного инвентаря. 3.Прохождение на лыжах отрезков на скорость	1.Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2.Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя. 3.Осваивают выполнение попеременного двухшажного хода (по возможности) после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий)	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. 2.Одевают лыжный инвентарь. 3.Выполняют попеременный двухшажный ход после инструкции и показа учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение тренировочных упражнений на одевании лыжного инвентаря	Совместно с родителем выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря	Самостоятельно выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

## Урок 54

Предмет	Адаптивная физическая культура
---------	--------------------------------

Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Прохождение отрезков на время от 200 до 300 м		
Цель	совершенствование техники изученных лыжных ходов.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать умение прохождения отрезков на время от 200 до 300 м. Коррекционно- развивающие: укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств: координации, выносливости. Коррекционно- воспитательные: воспитывать самостоятельность и личную ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличия спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги. 2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами. 2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами. 2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения

3. Включение изученного в систему знаний	1.Повторение безопасного способа переноски лыж при движении в колонне.2.Одевание лыжного инвентаря. 3.Прохождение на лыжах отрезков на скорость	1.Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2.Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя. 3.Осваивают выполнение попеременного двухшажного хода (по возможности) после инструкции и неоднократного показа учителя (при необходимости: пошаговая инструкция учителя, пооперационный контроль выполнения действий)	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. 2.Одевают лыжный инвентарь. 3.Выполняют попеременный двухшажный ход после инструкции и показа учителя
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение тренировочных упражнений на одевании лыжного инвентаря	Совместно с родителем выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря	Самостоятельно выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

## Урок 55

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-	Лыжи, лыжные палки

техническое обеспечение			
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Спуск в высокой стойке со склона, подъем «лесенкой» с соблюдением техники безопасности		
Цель	формирование навыка спуска со склона, подъёма «лесенкой».		
Задачи	Коррекционно- образовательные: обучать технике выполнения спуска со склона, подъёма «лесенкой».Коррекционно- развивающие: развивать умение планировать, контролировать и давать оценку своим двигательным действиям и действиям сверстников.Коррекционно- воспитательные: воспитывать самооценку и личностное самоопределение к видам деятельности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Переход на учебную лыжную в колонне по одному.2.Освоение названия способа подъема на	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2.Одевают	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2.Одевают лыжный инвентарь.

	лыжах.3.Сохранение равновесия при спуске со склона в высокой стойке, демонстрация техники подъема «лесенкой»	лыжный инвентарь с помощью учителя. 3.Спускаются в высокой стойке со склона, подъем ступающим шагом с соблюдением техники безопасности	3.Выполняют спуск в высокой стойке со склона, подъем «лесенкой» с соблюдением техники безопасности
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение тренировочных упражнений на одевании лыжного инвентаря	Совместно с родителем выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря	Самостоятельно выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря
5.Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

## Урок 56

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Спуск в высокой стойке со склона, подъем «лесенкой» с соблюдением техники безопасности
Цель	формирование навыка спуска со склона, подъёма «лесенкой».
Задачи	Коррекционно-образовательные: обучать технике выполнения спуска со склона, подъёма

	«лесенкой».Коррекционно- развивающие: развивать умение планировать, контролировать и давать оценку своим двигательным действиям и действиям сверстников.Коррекционно- воспитательные: воспитывать самооценку и личностное самоопределение к видам деятельности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Переход на учебную лыжную в колонне по одному.2.Освоение названия способа подъема на лыжах.3.Сохранение равновесия при спуске со склона в высокой стойке, демонстрация техники подъема «лесенкой»	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2.Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя. 3.Спускаются в высокой стойке со склона, подъем ступающим шагом с соблюдением техники безопасности	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2.Одевают лыжный инвентарь.3.Выполняют спуск в высокой стойке со склона, подъем «лесенкой» с соблюдением техники безопасности
4. Информация о	Инструктаж о выполнении	Совместно с родителем	Самостоятельно выполняют



домашнем задании, о его выполнении	домашнего задания: выполнение тренировочных упражнений на одевании лыжного инвентаря	выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря	тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

## Урок 57

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Спуск в высокой стойке со склона, подъем «лесенкой» с соблюдением техники безопасности		
Цель	формирование навыка спуска со склона, подъёма «лесенкой».		
Задачи	Коррекционно- образовательные: обучать технике выполнения спуска со склона, подъёма «лесенкой».Коррекционно- развивающие: развивать умение планировать, контролировать и давать оценку своим двигательным действиям и действиям сверстников.Коррекционно- воспитательные: воспитывать самооценку и личностное самоопределение к видам деятельности.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги. 2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами. 2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами. 2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1. Переход на учебную лыжную в колонне по одному. 2. Освоение названия способа подъема на лыжах. 3. Сохранение равновесия при спуске со склона в высокой стойке, демонстрация техники подъема «лесенкой»	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. 2. Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя. 3. Спускаются в высокой стойке со склона, подъем ступающим шагом с соблюдением техники безопасности	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. 2. Одевают лыжный инвентарь. 3. Выполняют спуск в высокой стойке со склона, подъем «лесенкой» с соблюдением техники безопасности
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение тренировочных упражнений на одевании лыжного инвентаря	Совместно с родителем выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря	Самостоятельно выполняют тренировочные упражнения на одевании лыжного инвентаря
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

# Урок 58

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Повороты переступанием в движении		
Цель	овладение навыками передвижения на лыжах, дальнейшее их совершенствование.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: учить постановке палок на снег в одновременном бесшажном ходе.Коррекционно- развивающие: развивать выносливость, координацию движений.Коррекционно-воспитательные: воспитывать интерес обучающихся к лыжному спорту, формировать привычку к здоровому образу жизни.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения

		и/или обучающимися 2 группы	
3. Включение в изученного в систему знаний	1.Переход на учебную лыжню в колонне по одному.2.Передвижение по учебному кругу ступающим и скользящим шагом. 3.Выполнение упражнения, демонстрирую уверенное отрывание от снега лыжи, наклон в сторону поворота и вперед, сильно отталкиваясь от лыжи	1.Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2.Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя. 3.Выполняют повороты на лыжах на месте	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2.Одевают лыжный инвентарь.3.Выполняют поворот переступанием в движении
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение поворота на лыжах на месте	Совместно с родителем выполняют повороты на лыжах на месте	Самостоятельно выполняют повороты на лыжах на месте
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

## Урок 59

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Повороты переступанием в движении

Цель	овладение навыками передвижения на лыжах, дальнейшее их совершенствование.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: учить постановке палок на снег в одновременном бесшажном ходе.Коррекционно- развивающие: развивать выносливость, координацию движений.Коррекционно-воспитательные: воспитывать интерес обучающихся к лыжному спорту, формировать привычку к здоровому образу жизни.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение в изученного в систему знаний	1.Переход на учебную лыжню в колонне по одному.2.Передвижение по учебному кругу ступающим и скользящим шагом. 3.Выполнение упражнения, демонстрирую уверенное отрывание от снега лыжи, наклон в сторону поворота и вперед, сильно отталкиваясь от лыжи	1.Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2.Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя. 3.Выполняют повороты на лыжах на месте	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2.Одевают лыжный инвентарь.3.Выполняют поворот переступанием в движении

4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение поворота на лыжах на месте	Совместно с родителем выполняют повороты на лыжах на месте	Самостоятельно выполняют повороты на лыжах на месте
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

## Урок 60

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Повороты переступанием в движении		
Цель	овладение навыками передвижения на лыжах, дальнейшее их совершенствование.		
Задачи	Коррекционно-образовательные: учить постановке палок на снег в одновременном бесшажном ходе.Коррекционно-развивающие: развивать выносливость, координацию движений.Коррекционно-воспитательные: воспитывать интерес обучающихся к лыжному спорту, формировать привычку к здоровому образу жизни.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличия спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги. 2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами. 2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами. 2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение в изученного в систему знаний	1. Переход на учебную лыжню в колонне по одному. 2. Передвижение по учебному кругу ступающим и скользящим шагом. 3. Выполнение упражнения, демонстрирую уверенное отрывание от снега лыжи, наклон в сторону поворота и вперед, сильно отталкиваясь от лыжи	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. 2. Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя. 3. Выполняют повороты на лыжах на месте	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. 2. Одевают лыжный инвентарь. 3. Выполняют поворот переступанием в движении
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение поворота на лыжах на месте	Совместно с родителем выполняют повороты на лыжах на месте	Самостоятельно выполняют повороты на лыжах на месте
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Прохождение на лыжах за урок от 0,5 до 0,8 км		
Цель	овладение навыками прохождения на лыжах за урок от 0,5 до 0,8 км.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: учить навыку прохождения на лыжах за урок от 0,5 до 0,8 км Коррекционно- развивающие: развивать выносливость, координацию движений. Коррекционно- воспитательные: воспитывать интерес обучающихся к лыжному спорту, формировать привычку к здоровому образу жизни.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги. 2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами. 2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами. 2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение	1. Переход на учебную лыжню в	1. Передвигаются в колонне по	1. Передвигаются в колонне по



изученного в систему знаний	колонне по одному.2.Одевание лыжного инвентаря.3.Прохождение дистанции на лыжах за урок	одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2.Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя.3.Преодолевают дистанцию в произвольном темпе	одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя.2.Одевают лыжный инвентарь.3.Преодолевают дистанцию в быстром темпе
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в одевание лыжного инвентаря	Совместно с родителем: упражняются в одевание лыжного инвентаря	Самостоятельно выполняют упражняются в одевание лыжного инвентаря
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

## Урок 62

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Лыжи, лыжные палки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Прохождение на лыжах за урок от 0,5 до 0,8 км
Цель	овладение навыками прохождения на лыжах за урок от 0,5 до 0,8 км.
Задачи	Коррекционно- образовательные: учить навыку прохождения на лыжах за урок от 0,5 до 0,8 км Коррекционно- развивающие: развивать выносливость, координацию движений.Коррекционно-

	воспитательные: воспитывать интерес обучающихся к лыжному спорту, формировать привычку к здоровому образу жизни.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги. 2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами. 2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами. 2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1. Переход на учебную лыжную колонну по одному. 2. Одевание лыжного инвентаря. 3. Прохождение дистанции на лыжах за урок	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. 2. Одевают лыжный инвентарь с помощью учителя. 3. Преодолевают дистанцию в произвольном темпе	1. Передвигаются в колонне по одному с лыжами на плече и под рукой, соблюдая дистанцию по сигналу учителя. 2. Одевают лыжный инвентарь. 3. Преодолевают дистанцию в быстром темпе
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в одевание лыжного инвентаря	Совместно с родителем: упражняются в одевание лыжного инвентаря	Самостоятельно выполняют упражняются в одевание лыжного инвентаря
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-

			интересно»
--	--	--	------------

### Урок63

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы, презентация, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Значение и основные правила закаливания		
Цель	изучение видов и правил закаливания организма		
Задачи	Коррекционно- образовательные: обучить закаливанию организма.Коррекционно- развивающие: способствовать укреплению опорно-двигательного аппарата.Коррекционно- воспитательные: воспитывать целеустремленность, настойчивость, упорство в достижении поставленной цели.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения в шеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение попоказу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Открытие «нового»	Беседа об основных средствах	Отвечают на вопросы по	Отвечают на вопросы по

знания	и правила закаливания организма	прослушанному материалу с опорой на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорных поощрений	прослушанному материалу
4. Первичное закрепление материала	1.Передвижение, исполнение команд в колонне сохраняя дистанцию и равнение в затылок. 2.Знакомство с бегом в чередовании с ходьбой. 3.Подвижная игра на внимание	1.Выполняют построение с помощью педагога.2.Передвигаются в колонне бегом в чередовании с ходьбой по указанию учителя.3.Участвуют в подвижной игре по инструкции учителя	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, колонну, круг, осваивают строевые действия в шеренге и колонне.2. Передвигаются в колонне бегом в чередовании с ходьбой3.Осваивают правила игры
5. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторение правил закаливания организма	Совместно с родителем повторяют правила закаливания организма	Самостоятельно повторяют правила закаливания организма
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

#### Урок64

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Презентация, музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Значение утренней гимнастики

Цель	формирование понятие «Утренняя гимнастика» и определить ее значение в жизни человека.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: познакомить обучающихся с понятием - утренняя гимнастика (зарядка).Коррекционно- развивающие: развивать познавательный интерес и активность обучающихся.Коррекционно- воспитательные: формировать коммуникативные умения (умения внимательно слушать учителя).		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения в шеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение попоказу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Открытие «нового» знания	Беседа об основных видах и значение утренней гимнастики	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорных поощрений	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу
4. Первичное закрепление материала	1.Выполнение поворотов на месте налево и направо переступанием.2.Выполнение ритмичной ходьбы с сохранение заданного темпа	1. Выполняют простые виды построений, осваивают на доступном уровне строевые действия в шеренге и колонне (с помощью	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, колонну, осваивают действия в шеренге и колонне.2.Выполняют ходьбу с изменением скорости.

	ходьбы.3.Выполнение общеразвивающих упражнений типа зарядки. 4.Подвижная игра с бегом	учителя).2.Выполняют ходьбу с изменением скорости. 3.Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики) с помощью педагога.4.Участвуют в подвижной игре по инструкции и показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий	3.Выполняют практические задания с заданным параметрами (составляют комплекс утренней гимнастики).4.Участвуют в различных видах игр после инструкции и показа учителя
5. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторение значения утренней гимнастики	Совместно с родителем повторяют значения утренней гимнастики	Самостоятельно повторяют правила значения утренней гимнастики
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

### Урок65

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Презентация, мячи, музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Перемещение на площадке в пионерболе, прием и передача мяча двумя руками у стены и в парах

Цель	формирование техники передвижений в учебной игре в пионербол.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: познакомить с техникой передвижения в учебной игре в пионербол; техники ловли и передачи мяча.Коррекционно- развивающие: развивать координацию, быстроту, скоростно-силовых качеств.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, коммуникативность, взаимоподдержку		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие. Ознакомление с построением парами	Приветствуют учителя. Одевают самостоятельно или с помощью педагога физкультурную форму. Строятся парами под контролем учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Выполнение построения в шеренгу и сдача рапорта.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики	1. Выполняют построение по показу учителя.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на зрительный образец и подсказки учителя	1. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, сдают рапорт.2. Выполняют комплекса утренней гимнастики с опорой на образец
3. Открытие «нового» знания	Знакомство с игрой пионербол	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорных поощрений	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу
4. Первичное закрепление материала	1.Выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев.2.Выполнение перемещений на площадке игроков в пионерболе, выполнение приема и передачи мяча	1. Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев (по возможности).2.Выполняют перемещения на площадке с помощью педагога.	1.Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев.2.Выполняют перемещения на площадке.3.Осваивают и

	двумя руками у стены и в парах.3. Выполнение игровых действий	3.Осваивают и используют игровые умения (взаимодействие с партнером)	используют игровые умения
5. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев	Совместно с родителем выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев	Самостоятельно выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

## Урок 66

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Мячи, волейбольная сетка, музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Бросок мяча через сетку одной рукой и ловля двумя руками после подачи
Цель	обучить технике броска мяча через сетку одной рукой и ловля двумя руками после подачи.
Задачи	Коррекционно- образовательные: учить технике броска мяча через сетку одной рукой и ловля двумя руками после подачи.Коррекционно- развивающие: способствовать общему физическому развитию.Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность.
Этапы урока	Содержание деятельности



	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги. 2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами. 2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами. 2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1. Выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев. 2. Освоение перемещений на площадке игроков в пионерболе. 3. Выполнение бросков мяча через сетку одной рукой и ловля двумя руками после подачи	1. Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев (по возможности). 2. Выполняют перемещения на площадке с помощью педагога. 3. Осваивают и используют игровые умения	1. Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев. 2. Выполняют перемещения на площадке. 3. Осваивают и используют игровые умения
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражняться в одевание лыжного инвентаря	Совместно с родителем: упражняются в одевание лыжного инвентаря	Самостоятельно выполняют упражняются в одевание лыжного инвентаря
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

# Урок 67

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	4		
Материально-техническое обеспечение	Мячи, волейбольная сетка, музыкальное сопровождение		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Изучение техники подачи мяча в пионерболе		
Цель	обучение техники подачи мяча в пионербол.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: закреплять технику передачи и подачи мяча.Коррекционно- развивающие: способствовать общему физическому развитию.Коррекционно- воспитательные: воспитывать ценностное отношение к ЗОЖ, трудолюбие, волевые качества.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения

		обучающимися 2 группы	
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение перемещений на площадке игроков в пионерболе.2.Выполнение приема и передачи мяча двумя руками у стены и в парах.3.Выполнение подачи мяча в игре	1. Выполняют перемещения на площадке с помощью педагога.2.Выполняют прием и передачу мяча у стены по инструкции и показа учителя.3.Осваивают и используют игровые умения (подача мяча в пионерболе)	1. Выполняют перемещения на площадке с помощью педагога.2.Выполняют прием и передачу мяча в паре.3.Осваивают и используют игровые умения (подача мяча в пионерболе)
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение комплекса гимнастики	Совместно с родителем: выполняют комплекс гимнастики	Самостоятельно выполняют комплекс гимнастики
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

## Урок 68

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	4
Материально-техническое обеспечение	Мячи, волейбольная сетка, музыкальное сопровождение
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Изучение техники подачи мяча в пионерболе
Цель	обучение техники подачи мяча в пионербол.

Задачи	Коррекционно- образовательные: закреплять технику передачи и подачи мяча.Коррекционно- развивающие: способствовать общему физическому развитию.Коррекционно- воспитательные: воспитывать ценностное отношение к ЗОЖ, трудолюбие, волевые качества.		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку: наличии спортивной формы и обуви, освобожденных от занятия	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	1. Построение в шеренгу с лыжами у ноги.2. Выполнение комплекса утренней гимнастики.	1. Выполняют построение с лыжами.2. Выполняют комплекс утренней гимнастики ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	1. Выполняют построение с лыжами.2. Смотрят образец выполнения упражнения, слушают инструкцию учителя, выполняют упражнения
3. Включение изученного в систему знаний	1.Выполнение перемещений на площадке игроков в пионерболе.2.Выполнение приема и передачи мяча двумя руками у стены и в парах.3.Выполнение подачи мяча в игре	1. Выполняют перемещения на площадке с помощью педагога.2.Выполняют прием и передачу мяча у стены по инструкции и показа учителя. 3.Осваивают и используют игровые умения (подача мяча в пионерболе)	1. Выполняют перемещения на площадке с помощью педагога.2.Выполняют прием и передачу мяча в паре.3.Осваивают и используют игровые умения (подача мяча в пионерболе)
4. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнение комплекса гимнастики	Совместно с родителем: выполняют комплекс гимнастики	Самостоятельно выполняют комплекс гимнастики

5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»
-------------------------------------	---	--	---

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 133397933100110045794213742499444592196809849514

Владелец Рычков Никита Андреевич

Действителен с 06.09.2025 по 06.09.2026