

Рабочая программа рассмотрена на
заседании кафедры (методического
объединения учителей) начальных классов

Протокол № __1__
от «26» августа 2021г.
Заведующая кафедрой
(руководитель МО)
_____/Титова М. И.

Проверена
«30»августа 2021 г.
Зам. директора по УМР
_____/Артамонова И. П./

УТВЕРЖДАЮ
к использованию
в образовательном процессе
школы
Директор школы
_____/Плотников Ю. А./
«30»августа 2021 г.

АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
начального общего образования
для слабослышащих детей - вариант 2.1. ФГОС НОО ОВЗ
(инклюзивное обучение)
для обучающегося 4 класса
государственного бюджетного общеобразовательного учреждения
Самарской области средней общеобразовательной школы № 2 с углубленным изучением
отдельных предметов п.г.т. Усть-Кинельский городского округа Кинель Самарской области
на 2021-2022 учебный год

Составитель: Патрикеева Н. А., учитель начальных классов,
высшая квалификационная категория

2021 год

Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа по физической культуре составлена на обучающегося 4 «А» класса на основе ФГОС начального общего образования ОВЗ для глухих и слабослышащих детей (вариант 2.1), примерной программы по физической культуре и авторской программы Лях В. И.: «Просвещение». Вариант 2.1. предполагает, что слабослышащий и глухой обучающийся получает образование, полностью соответствующее по итоговым достижениям к моменту завершения обучения, образованию слышащих сверстников, находясь в их среде и в те же календарные сроки (1-4 классы).

Обязательным является систематическая специальная и психолого-педагогическая поддержка коллектива учителей, родителей, детского коллектива и самого обучающегося.

В процессе овладения двигательной деятельностью на уроках физической культуры укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определенные двигательные действия, активно развивается мышление, творчество и самостоятельность, воспитываются нравственные и волевые качества: дисциплинированность, доброжелательное отношение к товарищам, честность, отзывчивость, смелость, выносливость.

Цель обучения – содействовать всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры школьника, освоения основ содержания физкультурной деятельности с общеразвивающей направленностью и формирования основ здорового образа жизни.

Достижение цели обеспечивается решением следующих основных задач, направленных на:

Формирование основных представлений о собственном теле, возможностях и ограничениях физических функций, возможностях компенсации.

Формирование понимания связи телесного самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью.

Формирование умения поддерживать здоровый образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья, поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами.

Развитие практики здорового образа жизни, стремления к занятиям физической культурой и спортом.

Развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

Формирование навыков контроля за собственными движениями, включая пластику, координацию и походку

Овладение тематической и терминологической лексикой, используемой при изучении данного предмета, в том числе ее восприятием и воспроизведением.

Обеспечение участия обучающихся в спортивных школьных и внешкольных мероприятиях, расширяющих сферу их коммуникации, в том числе со слышащими сверстниками.

Коррекционно-развивающие задачи программы:

- Обеспечение права ребенка с ограниченными возможностями здоровья на качественное образование.
- Создание условий, обеспечивающих личностный рост обучающегося в образовательном процессе.
- Внедрение технологий здоровьесбережения.

Предметные результаты

Обучающийся научится:

- правилам поведения и профилактики травматизма на занятиях физической культуры, правилам безопасности;
- соблюдать личную гигиену, режим дня;
- соотносить результаты выполнения двигательных действий с эталоном – рисунком, образцом, правилом;
- устанавливать различия в физической нагрузке по частоте сердечных сокращений (пульсу) при выполнении физических упражнений;
- выполнять тестовые задания для определения уровня развития физических качеств – силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости.

Обучающийся получит возможность научиться:

- выполнять разнообразные способы передвижения ходьбой, бегом и прыжками, передвигаться по возвышенной опоре, имеющей ограниченную площадь;
- выполнять метание малого мяча на дальность и точность, упражнения в передачах, бросках, ловли и ведении мяча, ударах по мячу;
- выполнять упражнения в висах и упорах на гимнастических снарядах, кувырок из упора присев (вперед), стойку на лопатках;
- выполнять лазанье по гимнастической стенке, по наклонной скамейке в упоре присев и стоя на коленях, подтягивание лежа на животе по горизонтальной скамейке;
- выполнять упражнения на освоение навыков равновесия (стойка на носках на одной ноге на полу и гимнастической скамейке, повороты на 90°);
- выполнять на основе танцевальных упражнений шаг с прискоком, приставные шаги, шаг галопа в сторону;
- выполнять строевые упражнения: построение в колонну по одному и в шеренгу, в круг, перестроение по звеньям, повороты и другие строевые команды;
- выполнять упражнения по формированию правильной осанки, развития силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости,
- комплексы утренней гимнастики, физкультминуток и «подвижных перемен».

СОДЕРЖАНИЕ

Знания о физической культуре:

- физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека;
- ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, как жизненно важные способы передвижения человека;
- правила предупреждения травматизма;
- история развития физической культуры и первых соревнований;
- физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств;
- характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости, равновесия.

Программный материал по данному разделу осваивается как на специально отведенных уроках, так и в ходе освоения конкретных технических навыков и умений.

Подвижные и спортивные игры

Подвижные и спортивные игры являются незаменимым средством решения комплекса взаимосвязанных задач воспитания личности младшего школьника, развития его разнообразных двигательных способностей и совершенствования умений.

На материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию: «Змейка», «Иголка и нитка», «Пройди бесшумно», «Тройка», «Раки», «Не урони мешочек», «Посадка картофеля», «Кузнечики» и др.

На материале легкой атлетики: прыжки, бег, метание и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту. В результате обучения ученики должны познакомиться со многими играми: «Не попади в болото», «Кот и мыши», «Невод», «Заяц без дома», «Ловля парами», «Капитаны», «Подвижная цель» и др.

На материале спортивных игр:

Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу, остановка мяча, ведение мяча, подвижные игры на материале футбола: «Точная передача», «Мяч в ворота» и др.

Баскетбол: специальные передвижения без мяча, ведение мяча, подвижные игры на материале баскетбола: «Бросай-поймай», «Выстрел в небо» и др.

Волейбол: стойка волейболиста, перемещение по площадке, подбрасывание мяча, подвижные игры на материале волейбола.

Гимнастика с элементами акробатики

В программный материал 4 класса входят виды построений и перестроений, общеразвивающие упражнения без предметов и с разнообразными предметами, упражнения в лазанье и перелезании, в равновесии, несложные акробатические и танцевальные упражнения, знакомство с гимнастическими снарядами.

Легкая атлетика

В результате освоения данного раздела программы ученики приобретают основы умений бега на короткие и на длинные дистанции, прыжков в длину с места и разбега, метаний в цель и на дальность. Бег, прыжки и метания отличаются большой вариативностью выполнения и применения в различных условиях.

Тематическое планирование

Наименование разделов и тем	Количество часов
Гимнастика с основами акробатики	28
Легкая атлетика	30
Подвижные игры	20
Подвижные игры на основе баскетбола	24
Итого	102

Учебно-тематическое планирование

№п/п	Дата	Тема урока	Элементы содержания	Основные виды учебной деятельности
1		Легкая атлетика Ходьба и бег. Организационно-методические указания.	Инструктаж по Т.Б. Ходьба с изменением длины и частоты шага. Бег с заданным темпе и скоростью. Бег на скорость в заданном коридоре. Игра «Смена сторон». Встречная эстафета. Комплексы упражнений на развитие физических качеств.	Усваивать правила соревнований в беге, прыжках, метаниях. Демонстрировать вариативные упражнения в ходьбе. Применять вариативные упражнения в ходьбе для развития координационных способностей. Взаимодействовать со сверстниками. Включать упражнения в ходьбе в различные формы занятий по физической культуре. Описывать технику беговых упражнений, демонстрировать их. Не нарушать правил безопасности. Развить скоростные способности. Могут рассказать историю возникновения олимпийских игр. Описывать технику выполнения прыжковых упражнений, осваивать самостоятельно технику, демонстрировать ее.
2		Ходьба и бег. Подготовка к тестированию бега на 30 м.	Бег на скорость (30,60м). Игра «Кот и мыши». Встречная эстафета. Комплексы упражнений на развитие физических качеств.	
3		Ходьба и бег. Подготовка к тестированию бега на 30 м.		
4		Ходьба и бег. Тестирование бега на 30 м.	Бег на результат 30 м. круговая эстафета. Игра «Невод». Развитие скоростных способностей	
5		Ходьба и бег. Тестирование бега на 60.	Бег на результат 60 м. круговая эстафета. Игра «Невод». Развитие скоростных способностей	

6		Прыжки. Прыжки в длину по заданным ориентирам.	Прыжки в длину по заданным ориентирам. Прыжок в длину с разбега на точность приземления. Игра «Зайцы в огороде». Комплексы упражнений на развитие скоростно-силовых качеств.	
7		Прыжки. Прыжок в длину способом «согнув ноги ».	Прыжок в длину способом «согнув ноги». Тройной прыжок с места. Игра «Волк во рву».	
8		Прыжки. Прыжок в длину на результат.	Прыжок в длину способом «согнув ноги». Прыжок в длину с места на результат. Тройной прыжок с места. Игра «Шишки, желуди, орехи».	
9		Метание мяча. Бросок теннисного мяча в цель с расстояния 4-5 метров.	Бросок теннисного мяча на дальность, на точность и на заданное расстояние. Бросок в цель с расстояния 4-5 метров. Игра «Невод». Развитие скоростно-силовых способностей.	Взаимодействовать со сверстниками во время метательных упражнений, не нарушая правил безопасности. Описывать технику метания, демонстрировать ее, помогать одноклассникам исправлять ошибки.
10		Метание мяча. Бросок теннисного мяча. Бросок набивного мяча.	Бросок теннисного мяча на дальность, на точность и на заданное расстояние. Бросок набивного мяча. Игра «Охотники и утки».	
11		Метание мяча. Бросок теннисного мяча. Бросок набивного мяча.		
12		Подвижные игры	Инструктаж по Т.Б. ОРУ. Игры «Космонавты», «Разведчики и часовые».	Руководствоваться правилам игры. Соблюдать правила безопасности. Организовывать и проводить совместно со сверстниками подвижные игры. Описывать технику игровых действий. Взаимодействовать со сверстниками, при этом соблюдать правила безопасности.
		Подвижные игры. Инструктаж по Т.Б. Игры «Вышибала», «Пятнашки»		
13		Подвижные игры. Инструктаж по Т.Б. Игры «Вышибала», «Пятнашки»		

14		Подвижные игры. Игры «Вышибала», «Пятнашки». Эстафеты с обручами.	ОРУ. Игры «Космонавты», «Белые медведи». Эстафеты с обручами.	Использовать подвижные игры для активного отдыха. Применять правила подбора одежды на занятиях в спортивном зале и на открытом воздухе.
15		Подвижные игры. Игры «Вышибала», «Пятнашки». Эстафеты с обручами.		
16		Игры «Прыжки по полоскам», «Волк во рву». Эстафета «Верёвочка под ногами».		
17		Игры «Прыжки по полоскам», «Волк во рву». Эстафета «Верёвочка под ногами».	ОРУ. Игры «Прыжки по полоскам», «Волк во рву». Эстафета «Верёвочка под ногами».	
18		Игры «Удочка», «Зайцы в городе». Эстафета «Верёвочка под ногами».	ОРУ. Игры «Удочка», «Зайцы в городе». Эстафета «Верёвочка под ногами».	Руководствоваться правилам игры. Соблюдать правила безопасности. Организовывать и проводить совместно со сверстниками подвижные игры. Описывать технику игровых действий. Взаимодействовать со сверстниками, при этом соблюдать правила безопасности. Использовать подвижные игры для активного отдыха. Применять правила подбора одежды на занятиях в спортивном зале и на открытом воздухе.
19		Игры «Прыгуны и пятнашки», «Заяц, сторож, Жучка». Эстафета	ОРУ. Игры «Прыгуны и пятнашки», «Заяц, сторож, Жучка». Эстафета «Верёвочка под ногами».	
20		Игры «Прыгуны и пятнашки», «Заяц, сторож, Жучка». Эстафета		
21		Игры «Удочка», «Зайцы в городе». Эстафета	ОРУ. Игры «Удочка», «Зайцы в городе». Эстафета «Верёвочка под ногами».	
22		«Пионербол» правила игры.	ОРУ. Изучить правила игры. Игра в пионербол.	

23		« Пионербол» правила игры.			
24		Разучить верхнюю и нижнюю подачу мяча. « Пионербол»	ОРУ. Изучить правила игры. Игра в пионербол. Разучить верхнюю и нижнюю подачу мяча.		
25		Разучить верхнюю и нижнюю подачу мяча. « Пионербол»			
26		Ведение мяча, удар по мячу. Игра « мини-футбол»	ОРУ. Изучить правила игры. Ведение мяча, удар по мячу. Игра « мини-футбол»	Руководствоваться правилам игры. Соблюдать правила безопасности. Организовывать и проводить совместно со сверстниками подвижные игры. Описывать технику игровых действий. Взаимодействовать со сверстниками, при этом соблюдать правила безопасности. Использовать подвижные игры для активного отдыха. Применять правила подбора одежды на занятиях в спортивном зале и на открытом воздухе.	
27		Ведение мяча, удар по мячу. Игра « мини-футбол»			
28		Ведение мяча, удар по мячу. Игра « мини-футбол»			
29		Ведение мяча, удар по мячу. Игра « мини-футбол»			
30		Эстафеты с предметами.	ОРУ. Игры «Космонавты», «Белые медведи». Эстафеты с обручами. Развитие скоростно-силовых качеств.		
31		Эстафеты с предметами.	ОРУ. Игры «Космонавты», «Белые медведи». Эстафеты с обручами. Развитие скоростно-силовых качеств.		
32		Гимнастика	Инструктаж по Т.Б. ОРУ. Кувырок		Соблюдать технику безопасности.

		Инструктаж по Т.Б. Строевыеупрвжнения	вперёд, кувырок назад. Выполнение команд «Становись!», «Равняйсь!», «Смирно!», «Вольно!». Ходьба по бревну большими шагами и выпадами.	Описывать состав акробатических упражнений с предметами. Различать строевые команды. Точно выполнять строевые приемы. Взаимодействовать с одноклассниками.
33		Кувырки.		
34		Стойка на лопатках.	ОРУ. Кувырок вперёд, кувырок назад. Кувырок назад и перекат, стойка на лопатках. Выполнение команд «Становись!», «Равняйсь!», «Смирно!», «Вольно!». Ходьба по бревну большими шагами, выпадами, на носках. Развитие координационных способностей. Игра «Что изменилось?»	
35		Ходьба по бревну.		
36		Стойка на лопатках.		
37		Ходьба по бревну.		
38		Кувырки. Мост из положения, лёжа на спине.	ОРУ. Мост (с помощью и самостоятельно). Кувырок вперёд, кувырок назад и перекат, стойка на лопатках. Выполнение команд «Становись!», «Равняйсь!», «Смирно!», «Вольно!». Ходьба по бревну большими шагами, выпадами, на носках. Развитие координационных способностей. Игра «Точный поворот»	
39		Кувырки. Мост из положения, лёжа на спине.		
40				
41				
42		Строевые упражнения. Ходьба по бревну.	ОРУ. Выполнение команд «Становись!», «Равняйсь!», «Смирно!», «Вольно!». Ходьба по бревну большими шагами, выпадами, на носках. Игра «Быстро по местам»	
43				
44		ОРУ с гимнастической палкой. Вис.	ОРУ с гимнастической палкой. Вис завесом, вис на согнутых руках, согнув ноги. Эстафеты. Игра «Посадка картофеля». Развитие силовых качеств.	Соблюдать правила безопасности. Взаимодействовать со сверстниками. Описывать технику упражнений в лазанье и перелезании, выявлять технические ошибки и помогать в их исправлении. Осваивать технику упражнений в лазанье и перелезании и
45				
46		ОРУ с гимнастической палкой. Вис.		

47		Вис. Эстафеты.	ОРУ. На гимнастической стенке вис прогнувшись, поднимание ног в висе, подтягивания в висе. Эстафеты. Игра «Не ошибись!». Развитие силовых качеств.	соблюдать правила безопасности при выполнении.
48		Вис. Эстафеты.		
49				
50				
51		ОРУ с мячами. Эстафеты.	ОРУ с мячами. На гимнастической стенке вис прогнувшись, поднимание ног в висе, подтягивания в висе. Эстафеты. Игра «Три движения». Развитие силовых качеств.	
52		ОРУ с мячами. Эстафеты.		
53		ОРУ в движении. Лазание по канату в три приёма.	ОРУ в движении. Лазание по канату в три приёма. Перелезание через препятствие. Игра «Лисы и куры». Развитие скоростно-силовых качеств.	Взаимодействовать со сверстниками. Описывать технику упражнений в лазанье и перелезании, выявлять технические ошибки и помогать в их исправлении. Осваивать технику упражнений в лазанье и перелезании и соблюдать правила безопасности при выполнении.
54		ОРУ в движении. Лазание по канату в три приёма.		
55				
56		ОРУ в движении. Опорный прыжок.	ОРУ в движении. Опорный прыжок на горку матов. Вскок в упор на коленях, соскок со взмахом рук. Игра «Верёвочка под ногами». Развитие скоростно-силовых качеств.	Осваивать технику упражнений опорного прыжка и соблюдать правила безопасности при выполнении.
57		ОРУ в движении. Опорный прыжок.		

58		ОРУ в движении. Опорный прыжок.		
59		Легкая атлетика Инструктаж по Т.Б. Встречная эстафета.	Инструктаж по ТБ. Встречная эстафета. Игра «Кот и мыши».	Демонстрировать вариативные упражнения в ходьбе. Взаимодействовать со сверстниками. Включать упражнения в ходьбе в различные формы занятий по физической культуре. Описывать технику беговых упражнений, демонстрировать их. Не нарушать правил безопасности. Развить скоростные способности.
60		Бег на скорость (30,60 м).	Инструктаж по ТБ. Бег на скорость (30,60 м). Встречная эстафета. Игра «Кот и мыши».	
61		Бег на скорость (30,60 м).		
62		Бег на результат (30,60м).	Бег на результат (30, 60 м).круговая эстафета игра «Невод». Развитие скоростных способностей.	
63		Прыжок в длину способом «согнув ноги».	Прыжок в длину способом «согнув ноги». Тройной прыжок с места. Игра «Волк во рву».	Описывать технику выполнения прыжковых упражнений, осваивать самостоятельно технику, демонстрировать ее. Выявлять и устранять ошибки во время выполнения упражнений. Контролировать нагрузку по частоте сердечных сокращений. Развить скоростно-силовые качества. Взаимодействовать со сверстниками во время метательных упражнений, не нарушая правил безопасности. Описывать технику метания, демонстрировать ее, помогать одноклассникам исправлять ошибки.
64		Прыжок в длину способом «согнув ноги».		
65		Прыжок в длину способом «согнув ноги» на результат.	Прыжок в длину способом «согнув ноги». Игра «Волк во рву». Тестирование физических качеств.	
66		Метание малого мяча.	Бросок теннисного мяча на дальность, точность и заданное расстояние. Бросок в цель с расстояния 4-5 метров. Игра	

67		Метание набивного мяча.	«Прыжок за прыжком». Бросок теннисного мяча на дальность, точность и заданное расстояние. Бросок набивного мяча. Игра «Гуси - лебеди». Бросок мяча в горизонтальную цель. Бросок мяча на дальность. ОРУ.	
68		Бросок мяча в горизонтальную цель.		
69		<i>Подвижные игры на основе баскетбола</i>		
		ТБ на баскетболе. Ловля и передача мяча в движении.		
		ТБ на баскетболе. Ловля и передача мяча в движении.		
70		ТБ на баскетболе. Ловля и передача мяча в движении.	Ловля и передача мяча двумя руками от груди в движении. Ведение мяча на месте со средним отскоком. Игра «Подвижная цель». Развитие координационных способностей.	
71		ТБ на баскетболе. Ловля и передача мяча в движении.		
72		ТБ на баскетболе. Ловля и передача мяча в движении.		
73		Ведение мяча.		
74		Ведение мяча.	ОРУ. Ловля и передача мяча одной рукой от плеча на месте. Ведение мяча правой (левой) рукой на месте. Эстафеты. Игра «Овладей мячом». Развитие координационных способностей.	<p>Применять правила ТБ во время игр с мячом.</p> <p>Взаимодействовать со сверстниками, при этом соблюдать правила безопасности.</p> <p>Организовывать и проводить совместно со сверстниками подвижные игры.</p> <p>Соблюдать правила игры.</p> <p>Освоить технику броска, ловли, передачи мяча. Развить координационные способности.</p> <p>Применять правила ТБ во время игр с мячом.</p> <p>Взаимодействовать со сверстниками, при этом соблюдать правила безопасности.</p> <p>Организовывать и проводить совместно со сверстниками подвижные игры.</p>
75		Ведение на месте. Игра «Подвижная цель».		
76		Ловля и передача мяча одной рукой от плеча на месте.		
77		Ловля и передача мяча одной рукой от плеча на месте.		

78		Ловля и передача мяча в круге. Игра в мини-баскетбол.	ОРУ. Ловля и передача мяча в круге. Ведение мяча правой (левой) рукой. Эстафеты. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	Соблюдать правила игры. Применять правила ТБ во время игр с мячом.
79		Ловля и передача мяча в круге. Игра в мини-баскетбол.		
80		Ловля и передача мяча в круге. Игра в мини-баскетбол.	ОРУ. Ловля и передача мяча в круге. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Эстафеты. Игра «Снайперы». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	
81		Ловля и передача мяча в круге. Игра в мини-баскетбол.	ОРУ. Ловля и передача мяча в квадрате. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Эстафеты с мячами. Тактические действия в защите и нападении. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	
82 83 84		Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Игра в мини-баскетбол. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Игра в мини-баскетбол. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Игра в мини-баскетбол.	ОРУ. Ловля и передача мяча в квадрате. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Эстафеты с мячами. Тактические действия в защите и нападении. Игра в мини-баскетбол. Инструктаж по Т.Б. Встречная эстафета. Игра «Кот и мыши».	
85 86		Тактические действия в защите и нападении. Ловля и передача мяча в квадрате. Ловля и передача мяча в квадрате. Игра «Мини-баскетбол.»	Инструктаж по Т.Б. Встречная эстафета. Ловля и передача мяча в квадрате.	Взаимодействовать со сверстниками, при этом соблюдать правила безопасности. Организовывать и проводить совместно со сверстниками подвижные игры.

87		Ловля и передача мяча в квадрате.	Ловля и передача мяча в квадрате.	Соблюдать правила игры. Освоить технику броска, ловли, передачи мяча. Развить координационные способности. Применять правила ТБ во время игр с мячом. Взаимодействовать со сверстниками, при этом соблюдать правила безопасности. Организовывать и проводить совместно со сверстниками подвижные игры. Соблюдать правила игры.
88		Ловля и передача мяча в квадрате..	Развитие координационных способностей	
89		Тактические действия в защите и нападении.		
90		Тактические действия в защите и нападении.	Развитие координационных способностей Инструктаж по ТБ.	
91		Тактические действия в защите и нападении.		
92		Тактические действия в защите и нападении.		
93		Легкая атлетика Инструктаж по Т.Б. Встречная эстафета.	Инструктаж по Т.Б. Бег на скорость (30,60 м). Встречная эстафета. Игра «Кот и мыши». Бег на результат (30, 60 м).круговая эстафета игра «Невод». Развитие скоростных способностей	Демонстрировать вариативные упражнения в ходьбе. Взаимодействовать со сверстниками. Включать упражнения в ходьбе в различные формы занятий по физической культуре. Описывать технику беговых упражнений, демонстрировать их. Не нарушать правил безопасности. Развить скоростные способности. Описывать технику выполнения прыжковых упражнений, осваивать самостоятельно технику, демонстрировать ее. Выявлять и устранять ошибки во время
94		Бег на скорость (30,60 м).		
95		Бег на результат (30,60м).		

96		Прыжок в длину способом «согнув ноги».	Прыжок в длину способом «согнув ноги». Тройной прыжок с места. Игра «Волк во рву».	выполнения упражнений. Контролировать нагрузку по частоте сердечных сокращений. Развивать скоростно-силовые качества. Взаимодействовать со сверстниками, при этом соблюдать правила безопасности. Организовывать и проводить совместно со сверстниками подвижные игры. Соблюдать правила игры.
97		Прыжок в длину способом «согнув ноги»	Прыжок в длину способом «согнув ноги». Тройной прыжок с места. Игра «Волк во рву».	
98		Тройной прыжок с места.		
99		Подвижные игры.		
100		Метание малого мяча.		
101		Подвижные игры.		
102		Подвижные игры.		