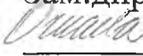


МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
казенное образовательное учреждение Республики Калмыкия
«Лаганская коррекционная школа-интернат»

«Согласовано»

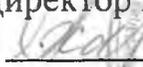
Зам.директора по УВР

 Очкаева С.А.

«Утверждено»

Приказом от « » 2024 года

Директор КОУРК «ЛКШИ»

 Харкебенев А.А.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по учебному предмету «Физическая культура»

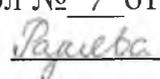
1-3 класс

2024-2025 учебный год

«Рассмотрено»

на методическом объединении

Протокол № 1 от «23» 08 2024 года

 Разиева И.А.рук.МО

Составитель: Горяева Е.А., учитель
физической культуры

г. Лагань, 2024г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Нормативно-правовое обеспечение.

1. Федеральный закон от 29.12.2012 года N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»: С.2, п.9, С.47,48
2. Приказом № 1599 от 19.12.2014 года № Об утверждении федерального образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями):
П.2.8: программы отдельных, учебных предметов, курсов коррекционно-развивающей области – компонент содержательного раздела АООП;
П.2.9.5: программы отдельных, учебных предметов, курсов должны обеспечивать достижения планируемых результатов освоения АООП.
3. АООП ОУ, утвержденная приказом от 26.08.2024года №77
4. Учебный план для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом от 27.08.2024года №78
5. Положение о рабочей программе ОУ

Физическая культура является составной частью образовательного процесса обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Она решает образовательные, воспитательные, коррекционно-развивающие и лечебно-оздоровительные задачи. Физическое воспитание рассматривается и реализуется комплексно и находится в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим, трудовым обучением; занимает одно из важнейших мест в подготовке этой категории обучающихся к самостоятельной жизни, производительному труду, воспитывает положительные качества личности, способствует социальной интеграции школьников в общество.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Основная цель изучения данного предмета заключается во всестороннем развитии личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в процессе приобщения их к физической культуре, коррекции недостатков психофизического развития, расширении индивидуальных двигательных возможностей, социальной адаптации.

Основные задачи изучения предмета:

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

- коррекция нарушений физического развития;
- формирование двигательных умений и навыков;
- развитие двигательных способностей в процессе обучения;
- укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;
- раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;
- формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- поддержание устойчивой физической работоспособности на достигнутом уровне;
- формирование познавательных интересов, сообщение доступных теоретических сведений по физической культуре;
- воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями;
- воспитание нравственных, морально-волевых качеств (настойчивости, смелости), навыков культурного поведения;

Коррекция недостатков психического и физического развития с учетом возрастных особенностей обучающихся, предусматривает:

- обогащение чувственного опыта;
- коррекцию и развитие сенсомоторной сферы;
- формирование навыков общения, предметно-практической и познавательной деятельности.

Содержание программы отражено в пяти разделах: «Знания о физической культуре», «Гимнастика», «Легкая атлетика», «Подвижные и спортивные игры», «Калмыцкие подвижные игры». Каждый из перечисленных разделов включает некоторые теоретические сведения и материал для практической подготовки обучающихся.

Программой предусмотрены следующие виды работы:

- беседы о содержании и значении физических упражнений для повышения качества здоровья и коррекции нарушенных функций;
- выполнение физических упражнений на основе показа учителя;

- выполнение физических упражнений без зрительного сопровождения, под словесную инструкцию учителя;
- самостоятельное выполнение упражнений;
- занятия в тренирующем режиме;
- развитие двигательных качеств на программном материале гимнастики, легкой атлетики, формирование двигательных умений и навыков в процессе подвижных игр.

Физическая культура. Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Физическое воспитание. Урок физического воспитания. Правила поведения на уроке физического воспитания. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание — это жизненно важные способы передвижения человека. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря. Спортивный инвентарь, тренажерные устройства на уроке физического воспитания. Физическая нагрузка и её влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

Из истории физической культуры. История развития физической культуры и первых соревнований. Особенности физической культуры разных народов. Её связь с природными, географическими особенностями, традициями и обычаями народа. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.

Физические упражнения

Физические упражнения. Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости, координации.

Гимнастика с основами акробатики. Организующие команды и приёмы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд. Общеразвивающие упражнения. На материале гимнастики с основами акробатики. Развитие координации: произвольное преодоление простых препятствий; передвижение с резко изменяющимся направлением и остановками в заданной позе; ходьба по гимнастической скамейке, низкому гимнастическому бревну с меняющимся темпом и длиной шага, поворотами и приседаниями; воспроизведение заданной игровой позы; игры на переключение внимания, на расслабление мышц рук, ног, туловища (в положениях стоя и лёжа, сидя); жонглирование малыми предметами; преодоление полос препятствий, включающее в себя висы, упоры, простые прыжки, перелезание через горку матов; комплексы упражнений на координацию с асимметричными и последовательными движениями руками и ногами; равновесие типа «ласточка» на широкой опоре с фиксацией равновесия; упражнения на переключение внимания и контроля с одних звеньев тела на другие; упражнения на расслабление отдельных мышечных групп; передвижение.

Развитие силовых способностей: динамические упражнения с переменной опоры на руки и ноги, на локальное развитие мышц туловища с использованием веса тела и дополнительных отягощений (набивные мячи до 1 кг, гантели до 100 г, гимнастические палки и булавы), комплексы упражнений с постепенным включением в работу основных мышечных групп и увеличивающимся отягощением; лазанье с дополнительным отягощением на поясе (по гимнастической стенке и наклонной гимнастической скамейке в упоре на коленях и в упоре присев); перелезание и перепрыгивание через препятствия с опорой на руки; подтягивание в висе стоя и лёжа; отжимание, лёжа с опорой на гимнастическую скамейку; прыжковые упражнения с предметом в руках (с продвижением вперёд поочерёдно на правой и левой ноге, на месте вверх и вверх с поворотами вправо и влево), прыжки вверх-вперёд толчком одной ногой и двумя ногами о гимнастический мостик; переноска партнёра в парах.

На материале лёгкой атлетики. Развитие координации: бег с изменяющимся направлением по ограниченной опоре; пробегание коротких отрезков из разных исходных положений; прыжки через скакалку на месте на одной ноге и двух ногах поочерёдно.

Развитие быстроты: повторное выполнение беговых упражнений с максимальной скоростью с высокого старта, из разных исходных положений; челночный бег; бег с горки в максимальном темпе; ускорение из разных исходных положений; броски в стенку и ловля теннисного мяча в максимальном темпе, из разных исходных положений, с поворотами.

Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой, с бегом в режиме большой интенсивности, с ускорениями; повторный бег с максимальной скоростью на дистанцию 30 м (с сохраняющимся или изменяющимся интервалом отдыха); бег на дистанцию до 400 м; равномерный минутный бег.

Развитие силовых способностей: повторное выполнение многоскоков; повторное преодоление препятствий (15—20 см); передача набивного мяча (1 кг) в максимальном темпе, по кругу, из разных исходных положений; метание набивных мячей (1—2 кг) одной рукой и двумя руками из разных исходных положений и различными способами (сверху, сбоку, снизу, от груди); повторное выполнение беговых нагрузок в горку; прыжки в высоту на месте с касанием рукой подвешенных ориентиров; прыжки с продвижением вперёд (правым и левым боком), с доставанием ориентиров, расположенных на разной высоте; прыжки по разметкам в полуприседе и приседе; запрыгивание с последующим спрыгиванием.

Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы, перемахи. Гимнастические упражнения прикладного характера. Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

Акробатические упражнения. Упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты; стойка на лопатках; кувырки вперёд и назад; гимнастический мост.

Лёгкая атлетика. Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.

Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.

Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами.

Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

Подвижные и спортивные игры.

Физическая нагрузка и её влияние на повышение частоты сердечных сокращений

Способы физкультурной деятельности. Самостоятельные занятия. Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки). Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью. Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений. Самостоятельные игры и развлечения. Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).

Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.

На материале лёгкой атлетики: прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

На материале спортивных игр:

Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола.

Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола.

Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.

Подвижные игры разных народов.

Коррекционно-развивающие упражнения

Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз. Формирование осанки: ходьба на носках, с предметами на голове, с заданной осанкой; виды стилизованной ходьбы под музыку; комплексы корригирующих упражнений на контроль ощущений (в постановке головы, плеч, позвоночного столба), на

контроль осанки в движении, положений тела и его звеньев стоя, сидя, лёжа; комплексы упражнений для укрепления мышечного корсета.

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность. Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки.

Физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия. Гимнастическая комбинация. Например, из виса стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги, в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнувшись со сходом вперёд ноги. Опорный прыжок с разбега через гимнастического козла.

Акробатические комбинации. Например: 1) мост из и.п. лёжа на спине, опуститься в и.п., поворот в и.п.; лёжа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев; 2) кувырок вперёд в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперёд.

На материале гимнастики с основами акробатики. Развитие гибкости: широкие стойки на ногах; ходьба с включением широкого шага, глубоких выпадов, в приседе, с взмахом ногами. Наклоны вперёд, назад, в сторону в стойках на ногах, в седах; выпады и полушпагаты на месте; «выкруты» с гимнастической палкой, скакалкой; высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой, стоя у гимнастической стенки и при передвижениях; комплексы упражнений, включающие в себя максимальное сгибание и прогибание туловища (в стойках и седах); индивидуальные комплексы по развитию гибкости.

Развитие координации: произвольное преодоление простых препятствий; передвижение с резко изменяющимся направлением и остановками в заданной позе. Ходьба по гимнастической скамейке, низкому гимнастическому бревну с меняющимся темпом и длиной шага, поворотами и приседаниями. Воспроизведение заданной игровой позы; игры на переключение внимания, на расслабление мышц рук, ног, туловища (в положениях стоя и лёжа, сидя); жонглирование малыми предметами; преодоление полос препятствий, включающее в себя висы, упоры, простые прыжки, перелезание через горку матов; комплексы упражнений на координацию с асимметричными и последовательными движениями руками и ногами; равновесие типа «ласточка» на широкой опоре с фиксацией равновесия; упражнения на переключение внимания и контроля с одних звеньев тела на другие; упражнения на расслабление отдельных мышечных групп; передвижения.

Развитие силовых способностей: динамические упражнения с переменной опоры на руки и ноги, на локальное развитие мышц туловища с использованием веса тела и дополнительных отягощений (набивные мячи до 1 кг, гантели до 100 г, гимнастические палки и булавы), комплексы упражнений с постепенным включением в работу основных мышечных групп и увеличивающимся отягощением; лазанье с дополнительным отягощением на поясе (по гимнастической стенке и наклонной гимнастической скамейке в упоре на коленях и в упоре присев); перелезание и перепрыгивание через препятствия с опорой на руки; подтягивание в висе стоя и лёжа; отжимание, лёжа с опорой на гимнастическую скамейку; прыжковые упражнения с предметом в руках (с продвижением вперёд поочередно на правой и левой ноге, на месте вверх и вверх с поворотами вправо и влево), прыжки вверх-вперёд толчком одной ногой и двумя ногами о гимнастический мостик; переноска партнёра в парах.

ОПИСАНИЕ МЕСТА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Учебный предмет «Физическая культура» входит в предметную область «Физическая культура», относится к обязательной части учебного плана образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Место учебного предмета «Физическая культура» в учебном плане в соответствии с годовым учебным планом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) представлено в следующей таблице:

Класс	Количество учебных недель	Количество часов в неделю	Количество часов за год
1 класс	33 учебные недели	3 часа	99 часа
2 класс	34 учебные недели	3 часа	102 часа
3 класс	34 учебные недели	3 часа	102 часа

ЛИЧНОСТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО КОНКРЕТНОГО УЧЕБНОГО СОДЕРЖАНИЯ

Связи базовых учебных действий с содержанием учебных предметов на этапе начального обучения (I - III классы)

Группа БУД действий	Перечень учебных действий
Личностные учебные действия	Положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее воспитанию;
Коммуникативные учебные действия	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 со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми договариваться и изменять свое поведение с учетом поведения других участников спорной ситуации
Регулятивные учебные действия	входить и выходить из учебного помещения со звонком; ориентироваться в пространстве класса, адекватно использовать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. Д.), работать с учебными принадлежностями (инструментами, спортивным инвентарём) и организовывать рабочее место; 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
--	--

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

1 класс

№	Учебная дисциплина	Уровни освоения предметных результатов	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
		<p>-представления о физической культуре как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;</p> <p>-представления о правильной осанке; видах стилизованной ходьбы под музыку; корригирующих упражнениях в постановке головы, плеч, позвоночного столба, положения тела (стоя, сидя, лёжа), упражнениях для укрепления мышечного корсета;</p> <p>-представления о двигательных действиях; знание строевых команд; умение вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;</p> <p>- представление о видах двигательной активности, направленных на преимущественное развитие основных физических качеств в процессе участия в подвижных играх.</p> <p>-представления о бережном обращении с инвентарём и оборудованием,</p>	<p>-знания о физической культуре как средства укрепления здоровья, физического развития и физического совершенствования человека;</p> <p>-выполнение комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; участие в оздоровительных занятиях в знание физических упражнений с различной целевой направленностью, их выполнение с заданной дозировкой нагрузки;</p> <p>-знание видов двигательной активности, направленных на преимущественное развитие основных физических качеств в процессе участия в подвижных играх.</p> <p>Знание правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием;</p> <p>-соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.</p>

		соблюдение требований техники безопасности.	
--	--	--	--

2 класс

№	Учебная дисциплина	Уровни освоения предметных результатов	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
		<p>-представления о физической культуре как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;</p> <p>-представления о правильной осанке; видах стилизованной ходьбы под музыку; корригирующих упражнениях в постановке головы, плеч, позвоночного столба, положения тела (стоя, сидя, лёжа), упражнениях для укрепления мышечного корсета;</p> <p>-представления о двигательных действиях; знание строевых команд; умение вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;</p> <p>-представления об организации занятий по физической культуре с целевой направленностью на развитие быстроты, выносливости, силы, координации;</p> <p>- представление о видах двигательной активности, направленных на преимущественное развитие основных</p>	<p>-знания о физической культуре как средства укрепления здоровья, физического развития и физического совершенствования человека;</p> <p>-выполнение комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; участие в оздоровительных занятиях в знание физических упражнений с различной целевой направленностью, их выполнение с заданной дозировкой нагрузки;</p> <p>-знание видов двигательной активности, направленных на преимущественное развитие основных физических качеств в процессе участия в подвижных играх и эстафетах.</p> <p>Знание правил, техники выполнения двигательных действий</p> <p>-знание правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием;</p> <p>-соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных</p>

	<p>физических качеств в процессе участия в подвижных играх и эстафетах.</p> <p>-представления о бережном обращении с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно- спортивных мероприятиях.</p>	<p>мероприятиях.</p>
--	---	----------------------

3 класс

№	Учебная дисциплина	Уровни освоения предметных результатов	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
		<p>-представления о физической культуре как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;</p> <p>-представления о правильной осанке; видах стилизованной ходьбы под музыку; корригирующих упражнениях в постановке головы, плеч, позвоночного столба, положения тела (стоя, сидя, лёжа), упражнениях для укрепления мышечного корсета;</p> <p>-представления о двигательных действиях; знание строевых команд; умение вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;</p> <p>-представления об организации занятий по физической культуре с целевой направленностью на развитие быстроты, выносливости, силы, координации;</p> <p>- представление о видах двигательной активности, направленных на преимущественное развитие основных</p>	<p>-знания о физической культуре как средства укрепления здоровья, физического развития и физического совершенствования человека;</p> <p>-выполнение комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; участие в оздоровительных занятиях в знание физических упражнений с различной целевой направленностью, их выполнение с заданной дозировкой нагрузки;</p> <p>-знание видов двигательной активности, направленных на преимущественное развитие основных физических качеств в процессе участия в подвижных играх и эстафетах.</p> <p>-знание форм, средств и методов физического совершенствования;</p> <p>-знание спортивных традиций своего народа и других народов; знание некоторых фактов из истории развития физической культуры, понимание её роли и значения в</p>

		<p>физических качеств в процессе участия в подвижных играх и эстафетах.</p> <p>-представления о бережном обращении с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.</p>	<p>жизнедеятельности человека;</p> <p>-знание способов использования различного спортивного инвентаря в основных видах двигательной активности;</p> <p>-знание правил, техники выполнения двигательных действий</p> <p>-знание правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием;</p> <p>-соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.</p>
--	--	--	---

**ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН С ОПРЕДЕЛЕНИЕМ ОСНОВНЫХ ВИДОВ
УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

№	Наименование раздела	1 класс	2 класс	3 класс
1.	Знание о физической культуре. Инструктаж ТБ.	4	4	4
2.	Легкая атлетика	36	36	36
3.	Гимнастика	28	28	28
4.	Спортивные подвижные игры	20	20	20
5.	Калмыцкие народные подвижные игры	10	10	10
6.	Повторение изученного материала	1	4	4

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

1 класс

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата
1.	Инструктаж безопасности при занятиях лёгкой атлетикой. Беседа «Чистота одежды и обуви»	1	
Легкая атлетика 18 ч			
2.	Обучение построению в колонну по одному, в одну шеренгу	1	
3.	Ходьба по заданным направлениям в медленном темпе.	1	
4.	Обучение ходьбы по прямой линии, на носках, на пятках, и внешнем своде стопы.	1	
5.	Выполнение ходьбы с сохранением правильной осанки	1	
6.	Ходьба в чередовании с бегом	1	
7.	Выполнение медленного бега с сохранением правильной осанки. Чередование бега и ходьбы. Подвижная игра «У медведя во бору»	1	
8.	Обучение перебежкам группами и по одному	1	
9.	Обучение прыжкам на двух ногах на месте с продвижением в разных направлениях	1	
10.	Прыжки и перепрыгивание через препятствие.	1	
11.	Обучение прыжку в длину с места. Подвижная игра «Карусель»	1	
12.	Повторение. Подвижная игра «Карусель»	1	
13.	Обучение правильному захвату для выполнения метания. Приём и передача предметов в шеренге, по кругу, в колонне.	1	
14.	Обучение броскам и ловле волейбольных мячей. Произвольное метание мячей в игре.	1	
15.	Повторение. Обучение броскам и ловле волейбольных мячей. Произвольное метание мячей в игре.	1	
16.	Обучение метанию с места малого мяча в стену правой и левой рукой.		
17.	Повторение. Подвижная игра «Кто меткий»	1	
18.	Выполнение метания колец на шести. Подвижная игра «Охотники и утки»	1	
19.	Разучивание подвижной игры с бегом	1	

	«К своим флажкам»		
Гимнастика 18ч.			
20.	Инструктаж безопасности на уроках физкультуры при занятиях гимнастикой. Беседа: Понятия колонна, шеренга, круг.	1	
21.	Обучение поворотам на месте направо, налево, кругом. Движение в колонне	1	
22.	Обучение основным положениям и движениям рук, ног, туловища, головы, выполняемые на месте и в движении.	1	
23.	Выполнение упражнений для мышц шеи. Упражнение на дыхание.	1	
24.	Выполнение упражнений для мышц спины и живота.	1	
25.	Выполнение упражнений для развития мышц рук и плечевого пояса.	1	
26.	Выполнение упражнений для укрепления голеностопных суставов и стоп. Упражнение для мышц ног.	1	
27.	Выполнение упражнений для формирования правильной осанки и крепление мышц туловища.	1	
28.	Разучивание комплекса упражнений с гимнастическими палками.	1	
29.	Разучивание комплекса упражнений с флажками.	1	
30.	Разучивание комплекса упражнений с маленькими мячами.	1	
31.	Разучивание комплекса упражнений с большими мячами.	1	
32.	Выполнения переползания на четвереньках по коридору длиной 15-20 м, гимнастических матах.	1	
33.	Обучение переползанию на четвереньках по горизонтальной гимнастической скамейке, с захватом кистями рук ее края.	1	
34.	Обучение ходьбы по гимнастической скамейке с различными положениями рук и ног. Кружение переступанием в медленном темпе.	1	
35.	Выполнение ходьбы по ориентирам, начерченным на полу. Ходьба на месте до 5 с.	1	
36.	ОРУ лежа и сидя на полу. Группировка из положения лежа на спине, раскачивание в плотной группировке.	1	

37.	Перекаты на спину лежа на животе. Игры «Мышеловка», «День и ночь».		
38.	Перекаты вперед, назад. Размыкание и смыкание приставным шагом	1	
39.	Повторение. Перекаты вперед, назад. Размыкание и смыкание приставным шагом.	1	
40.	Упражнения для профилактики и коррекции нарушений осанки	1	
41.	Повторение. Упражнения для профилактики и коррекции нарушений осанки.	1	
42.	Упражнения для профилактики и исправления плоскостопия. Катание мячей ногами.	1	
43.	Повторение. Упражнения для профилактики и исправления плоскостопия. Катание мячей ногами.	1	
44.	Ходьба на носках, пятках, катание гимнастических палок.	1	
45.	Повторение. Ходьба на носках, пятках, катание гимнастических палок.	1	
46.	Упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев.	1	
47.	Выполнение ходьбы «змейкой» по ориентирам.	1	
48.	Разучивание подвижной игры с элементами лазания по гимнастической лестнице «Обезьянки».	1	
Спортивные и подвижные игры 20 ч			
49.	Инструктаж безопасности на уроках физкультуры при занятиях подвижными играми. Беседа: «Элементарные правила поведения во время игр».	1	
50.	Разучивание игры «Наблюдатель», «Иди прямо». Игры с элементами общеразвивающих упражнений.	1	
51.	Разучивание игры «Совушка». Повторение игр «Наблюдатель», «Иди прямо».	1	
52.	Повторение. Разучивание игры «Совушка». Повторение игр «Наблюдатель», «Иди прямо».	1	
53.	Разучивание игры «Удочка»	1	
54.	Повторение. Разучивание игры «Удочка».	1	
55.	Разучивание игры «Говорящий мяч».	1	

56.	Повторение. Разучивание игры «Говорящий мяч»	1	
57.	Разучивание игры «Запрещенное движение».	1	
58.	Повторение. Разучивание игры «Запрещенное движение».	1	
59.	Разучивание игры «Карлики-Великаны», «Пальмы-бананы», Игры с бегом и прыжками.	1	
60.	Повторение. Разучивание игры «Карлики-Великаны», «Пальмы-бананы», Игры с бегом и прыжками.	1	
61.	Разучивание игры «Гуси-лебеди»	1	
62.	Разучивание игры «Кошки-мышки»	1	
63.	Повторение. Разучивание игры «Кошки-мышки»	1	
64.	Повторение игры «У медведя во бору»	1	
65.	Разучивание игры «Невод»	1	
66.	Повторение игры «Невод»	1	
67.	Разучивание игры «Мышеловка»	1	
68.	Повторение игры «Мышеловка»	1	
69.	Подвижная игра «Тише едешь- дальше будешь»	1	
Калмыцкие подвижные игры 10 ч			
70.	Разучивание игры «Ловкий наездник».	1	
71.	Повторение. Разучивание игры «Ловкий наездник».	1	
72.	Разучивание игры «Я- страшный жук» («Би – цогт хогт»).	1	
73.	Повторение. Разучивание игры «Я – страшный жук» («Би – цогт хогт»).	1	
74.	Повторение игры «Передача альчиков».	1	
75.	Повторение игры «Заяц».	1	
76.	Разучивание игры «Извилистой дорогой».	1	
77.	Повторение. Разучивание игры «Извилистой дорогой».	1	
78.	Повторение игры «Целься вернее».	1	
79.	Повторение игры «Собери альчики».	1	

80.	Повторение изученных народных и подвижных игр	1	
Легкая атлетика 18 ч			
81.	Инструктаж безопасности при занятиях лёгкой атлетикой. Беседа: Чистота одежды и обуви. Повторение.	1	
82.	Повторение построения в колонну по одному, в одну шеренгу. Ходьба по заданным направлениям, в заданном темпе.	1	
83.	Выполнение ходьбы с сохранением правильной осанки. Ходьба с чередованием с бегом.	1	
84.	Обучение ходьбе по прямой линии, на носках, на пятках, на внешнем, внутреннем своде стопы.	1	
85.	Выполнение медленного бега с сохранением осанки. Чередование бега и ходьбы. Подвижная игра «У медведя во бору». Обучение перебежкам группами и по одному.	1	
86.	Повторение. Выполнение медленного бега с сохранением осанки. Чередование бега и ходьбы. Подвижная игра «У медведя во бору». Обучение перебежкам группами и по одному.	1	
87.	Обучение прыжкам на двух ногах на месте и с продвижением в разных направлениях и перепрыгивание через препятствие.	1	
88.	Повторение. Обучение прыжкам на двух ногах на месте и с продвижением в разных направлениях и перепрыгивание через препятствие.	1	
89.	Обучение прыжку в длину с места. Подвижная игра «Пингвины».	1	
90.	Повторение. Обучение прыжку в длину с места. Подвижная игра «Пингвины».	1	
91.	Обучение правильному захвату для выполнения метания. Прием и передача предметов в шеренге, по кругу, в колонне.	1	
92.	Обучение броскам и ловле волейбольных мячей. Произвольное метание мячей в игре «Охотники и утки».	1	
93.	Обучение метанию с места малого мяча в стену правой и левой рукой в подвижной игре «Мяч в стену».	1	

94.	Повторение. Обучение метанию с места малого мяча в стену правой и левой рукой в подвижной игре «Мяч в стену».	1	
95.	Выполнение метания колец на шести в подвижной игре «Аркан»	1	
96.	Разучивание подвижной игры «Рыбки».	1	
97.	Повторение. Разучивание подвижной игры «Рыбки».	1	
98.	Разучивание подвижной игры «Будь метким».	1	
99.	Повторение. Разучивание подвижной игры «Будь метким».		

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

2 класс

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата
1.	Инструктаж безопасности при занятиях лёгкой атлетикой. Подвижная игра «Гуси-лебеди».	1	
Легкая атлетика 18 ч			
2.	Обучение построению в шеренгу и равнение по команде учителя.	1	
3.	Выполнение команд: «Равняйся», «Смирно», «Вольно», «На месте шагом марш», «Класс стой».	1	
4.	Выполнение ходьбы с различными положениями рук.	1	
5.	Повторение ходьбы с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра. Подвижная игра «Что изменилось».	1	
6.	Обучение ходьбе с изменениями направления по команде учителя. Подвижная игра: «Кошки и мышки».	1	
7.	Обучение бегу на месте с высоким подниманием бедра, на носках, с преодолением простейших препятствий. Эстафеты.	1	
8.	Повторение. Обучение бегу на месте с высоким подниманием бедра, на носках, с преодолением простейших препятствий. Эстафеты.	1	
9.	Выполнение медленного бега до 2 минут. Чередование бега и ходьбы.	1	
10.	Повторение прыжков на одной ноге на месте, с продвижением вперед, в стороны. Подвижная игра «Удочка»	1	
11.	Беговые упражнения. Бег на 30 м.	1	
12.	Обучение прыжкам в длину и высоту с шага. Прыжки с небольшого разбега в длину.	1	
13.	Повторение. Обучение прыжкам в длину и высоту с шага. Прыжки с небольшого разбега в длину.	1	
14.	Прыжки в длину с места.	1	
15.	Выполнение броска большого мяча 2-мя руками из-за головы и снизу с места в стену.	1	
16.	Повторение. Выполнение броска большого мяча 2-мя руками из-за головы и снизу с места	1	

	в стену.		
17.	Обучение броскам набивного мяча сидя двумя руками из-за головы. Игра: «Говорящий мяч».	1	
18.	Обучение метанию теннисного мяча с места одной рукой в стену и на дальность. Игра «Кто дальше бросит».	1	
19.	Повторение. Обучение метанию теннисного мяча с места одной рукой в стену и на дальность. Игра «Кто дальше бросит».	1	
Гимнастика 28 ч			
20.	Инструктаж по технике безопасности при занятиях гимнастикой. Подвижная игра «Совушка».	1	
21.	Повторение всех видов ранее изученных команд. Расчет по порядку. Ходьба в колонне с левой ноги.	1	
22.	Повторение всех видов ранее изученных команд. Расчет по порядку. Ходьба в колонне с левой ноги.	1	
23.	Выполнение дыхательных упражнений и упражнений для формирования правильной осанки.	1	
24.	Выполнение упражнений для развития мышц кистей рук и пальцев и укрепление мышц голеностопных суставов и стоп.	1	
25.	Выполнение упражнений для укрепления мышц туловища, упражнения в расслаблении.	1	
26.	Разучивание комплекса упражнений с гимнастическими палками.	1	
27.	Разучивание комплекса упражнений с маленькими мячами.	1	
28.	Разучивание комплекса упражнений с большими мячами.	1	
29.	Обучение лазанию по наклонной гимнастической скамейке одноименным и разноименным способом.	1	
30.	Обучение лазанию по гимнастической стенке одноименным и разноименным способом.	1	
31.	Выполнение ползания на четвереньках с толканием впереди себя набивного мяча.	1	
32.	Подлезание и перелезание через препятствие высотой до 70 см.	1	
33.	Обучение ходьбе по гимнастической скамейке на носках с различными положениями рук.	1	

	Ходьба с предметом в руках.		
34.	Повторение. Обучение ходьбе по гимнастической скамейке на носках с различными положениями рук. Ходьба с предметом в руках.	1	
35.	Обучение ходьбе по наклонной гимнастической скамейке, боком приставными шагами.	1	
36.	Обучение передаче большого мяча в колонне по одному сбоку, назад, вперед. Игра «Мяч вверх».	1	
37.	Выполнение коллективных переносок набивных мячей, гимнастических палок, скамеек.	1	
38.	Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием предметов.	1	
39.	Повторение. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием предметов.	1	
40.	Упражнения для профилактики и коррекции нарушенной осанки.	1	
41.	Повторение. Упражнения для профилактики и коррекции нарушенной осанки.	1	
42.	Упражнения для профилактики и исправления плоскостопия. Ходьба по канату.	1	
43.	Выполнение перекатов на спине в группировке из исходного положения: упор в присев.	1	
44.	Повторение. Выполнение перекатов на спине в группировке из исходного положения: упор в присев.	1	
45.	Обучение гимнастическому упражнению «Кувырок вперед».	1	
46.	Повторение. Обучение гимнастическому упражнению «Кувырок вперед».	1	
47.	Обучение гимнастическому упражнению «Мостик»	1	
48.	Повторение. Обучение гимнастическому упражнению «Мостик»	1	
Спортивные и подвижные игры 20 ч			
49.	Инструктаж безопасности на уроках физкультуры при занятиях подвижными играми. Беседа: Элементарные правила поведения во время игр.	1	
50.	Разучивание игры «Запомни порядок», «Что	1	

	изменилось?».		
51.	Повторение. Разучивание игры «Запомни порядок», «Что изменилось?».	1	
52.	Повторение игры «Совушка», «Что изменилось?».	1	
53.	Повторение. Повторение игры «Совушка», «Что изменилось?».	1	
54.	Разучивание игры «Удочка», «Салки».	1	
55.	Повторение. Разучивание игры «Удочка», «Салки».	1	
56.	Разучивание игры «Говорящий мяч», «Карлики-Великаны».	1	
57.	Повторение. Разучивание игры «Говорящий мяч», «Карлики-Великаны».	1	
58.	Разучивание игры «Повторяй за мной» Повторение игры «Запрещенное движение».	1	
59.	Разучивание игры «Съедобное- не съедобное».	1	
60.	Повторение. Разучивание игры «Съедобное- не съедобное».	1	
61.	Повторение игры «Гуси-лебеди»	1	
62.	Повторение игры: «Пустое место».	1	
63.	Повторение. Повторение игры: «Пустое место».	1	
64.	Повторение игры: «Кошки-мышки».	1	
65.	Повторение. Повторение игры: «Кошки-мышки».	1	
66.	Повторение игры: «Невод».	1	
67.	Повторение. Повторение игры: «Невод».	1	
68.	Повторение игры «Мышеловка».	1	
69.	Повторение. Повторение игры «Мышеловка»	1	
Калмыцкие подвижные игры 10 ч			
70.	Повторение игры «Ловкий наездник»	1	
71.	Повторение игры «Я- страшный жук» («Би-цогт хогт»).	1	
72.	Разучивание игры «Охотник с герлыгой»	1	
73.	Повторение. Разучивание игры «Охотник с герлыгой»	1	
74.	Разучивание игры «Серебряный пояс»	1	
75.	Повторение. Разучивание игры «Серебряный пояс»	1	
76.	Разучивание игры «Зайцы, берите капусту» («Туулас, хавстан бэртн»)	1	
77.	Повторение. Разучивание игры «Зайцы, берите	1	

	капусту» («Туулас, хавстан бэртн»)		
78.	Разучивание игры «Загони овец в кошару».	1	
79.	Повторение. Разучивание игры «Загони овец в кошару».	1	
80.	Повторение изученных народных и подвижных игр.	1	
81.	Повторение. Повторение изученных народных и подвижных игр.	1	
Лёгкая атлетика 18 ч			
82.	Инструктаж безопасности при занятиях лёгкой атлетикой. Игра «Говорящий мяч».	1	
83.	Повторение построения в шеренгу и равнение по команде учителя. Выполнение команд: «Равняйся», «Смирно», «Вольно», «На месте шагом марш», «Класс стой».	1	
84.	Выполнение ходьбы с различными положениями рук. Обучение ходьбе с изменениями направления по команде учителя.	1	
85.	Выполнение ходьбы с различными положениями рук. Обучение ходьбе с изменениями направления по команде учителя.	1	
86.	Обучение бегу на месте с высоким подниманием бедра, на носках, с преодолением простейших препятствий. Эстафеты.	1	
87.	Повторение. Обучение бегу на месте с высоким подниманием бедра, на носках, с преодолением простейших препятствий. Эстафеты.	1	
88.	Повторение прыжка в длину и высоту с шага. Прыжки с небольшого разбега в длину.	1	
89.	Повторение. Повторение прыжка в длину и высоту с шага. Прыжки с небольшого разбега в длину.	1	
90.	Обучение прыжку в длину с места. Подвижная игра «Пингвины».	1	
91.	Разучивание элементов прыжков на скакалке.	1	
92.	Выполнение броска большого мяча 2-мя руками из-за головы и снизу с места в стену.	1	
93.	Обучение броскам набивного мяча сидя двумя руками из-за головы. Игра: «Говорящий мяч».	1	
94.	Повторение метания теннисного мяча с места одной рукой в стену и на дальность. Игра: «Кто дальше бросит».	1	
95.	Повторение. Повторение метания теннисного мяча с места одной рукой в стену и на	1	

	дальность. Игра: «Кто дальше бросит».		
96.	Выполнение метания веревочных колец на шести в подвижной игре «Аркан»	1	
97.	Разучивание подвижной игры «Бездомный заяц».	1	
98.	Повторение подвижной игры «Будь метким».	1	
99.	Разучивание подвижной игры «Паровоз»	1	
100.	Повторение игры «Загони овец в кошару»	1	
101.	Повторение изученного материала.	1	
102.	Повторение изученного материала.	1	

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

3 класс

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата
1.	Инструктаж безопасности при занятиях лёгкой атлетикой. Подвижная игра «Караси и щуки».	1	
Легкая атлетика 18 ч			
2.	Построение, выполнение команд: «Равняйся», «Смирно», «Вольно», «На месте шагом марш», «Класс стой».	1	
3.	Обучение поворотам на месте под счет. Выполнение различных команд.	1	
4.	Повторение. Обучение поворотам на месте под счет. Выполнение различных команд.	1	
5.	Обучение размыканию и смыканию приставным шагом.	1	
6.	Выполнение ходьбы в различном темпе, с выполнением упражнений для рук. Подвижная игра «Пустое место».	1	
7.	Выполнение ходьбы шеренгой с открытыми и закрытыми глазами. Подвижная игра: «Кошки и мышки».	1	
8.	Обучение высокому старту. Медленный бег до 2 мин.	1	
9.	Обучение бегу с высоким подниманием бедра и захлёстывания голени. Бег на скорость до 30 м.	1	
10.	Повторение. Обучение бегу с высоким подниманием бедра и захлёстывания голени. Бег на скорость до 30 м.	1	
11.	Обучение прыжку в длину с разбега без учета зоны отталкивания. Эстафеты.	1	
12.	Обучение прыжкам с ноги на ногу с продвижением вперед до 15 м. Элементы прыжка в высоту с прямого разбега.	1	
13.	Повторение. Обучение прыжкам с ноги на ногу с продвижением вперед до 15 м. Элементы прыжка в высоту с прямого разбега.	1	
14.	Прыжок в длину с места. Знакомство с элементами прыжков на скакалке.	1	
15.	Метание малого мяча левой, правой рукой на	1	

	дальность с места.		
16.	Повторение метания теннисного мяча на дальность отскока от баскетбольного щита. Метание теннисного мяча на дальность.	1	
17.	Повторение. Повторение метания теннисного мяча на дальность отскока от баскетбольного щита. Метание теннисного мяча на дальность.	1	
18.	Упражнения с теннисным мячом в парах. Игра «Кто дальше бросит».	1	
19.	Повторение. Упражнение с теннисным мячом в парах. Игра «Кто дальше бросит».	1	
Гимнастика 28 ч			
20.	Инструктаж по технике безопасности при занятиях гимнастикой. Беседа: Понятие о скорости, ритме, темпе.	1	
21.	Выполнение основных построений и выполнение команд. Повороты на месте.	1	
22.	Повторение основных положений и движений рук, ног, туловища, головы.	1	
23.	Выполнение комплексов упражнений на дыхание, расслабление мышц.	1	
24.	Выполнение комплексов упражнений для укрепления мышц кистей рук, пальцев, голеностопных суставов и стоп.	1	
25.	Выполнение комплекса упражнений для укрепления мышц туловища.	1	
26.	Повторение комплекса упражнений с гимнастическими палками.	1	
27.	Разучивание комплекса упражнений с гимнастическим обручем.	1	
28.	Повторение комплекса упражнений с большими мячами.	1	
29.	Разучивание комплекса упражнений с набивными мячами.	1	
30.	Обучение лазанию по гимнастической стенке вверх и вниз, разноименным и одноименным способом. Лазание по стенке приставными шагами вправо и влево.	1	
31.	Повторение. Обучение лазанию по гимнастической стенке вверх и вниз, разноименным и одноименным способом. Лазание по стенке приставными шагами вправо и влево.	1	
32.	Выполнение лазания по наклонной	1	

	гимнастической скамейке с опорой на колени, с переходом на гимнастическую стенку.		
33.	Выполнение ходьбы по гимнастической скамейке с доставанием предмета с пола в приседе и с наклоном.	1	
34.	Повторение. Выполнение ходьбы по гимнастической скамейке с доставанием предмета с пола в приседе и с наклоном.	1	
35.	Обучение ходьбе по наклонной гимнастической скамейке, неся мешочек с песком на голове.	1	
36.	Повторение передачи большого мяча в колонне по одному над головой и между ног. Передача набивных мячей в колонне, шеренге, по кругу. Игра: «Мяч соседу»	1	
37.	Выполнение перекатов на спине в группировке из исходного положения: упор присев.	1	
38.	Обучение гимнастическому упражнению «Стойка на лопатках».	1	
39.	Повторение. Обучение гимнастическому упражнению «Стойка на лопатках».	1	
40.	Обучение гимнастическому упражнению «Кувырок вперед» из исходного положения: упор присев.	1	
41.	Повторение. Обучение гимнастическому упражнению «Кувырок вперед» из исходного положения: упор присев.	1	
42.	Обучение гимнастическому упражнению «Кувырок назад» из исходного положения: упор присев.	1	
43.	Повторение. Обучение гимнастическому упражнению «Кувырок назад» из исходного положения: упор присев.	1	
44.	Обучение гимнастическому упражнению «Мостик» из исходного положения: лежа на спине.	1	
45.	Повторение. Обучение гимнастическому упражнению «Мостик» из исходного положения: лежа на спине.	1	
46.	Обучение поворотам направо, налево без зрительного контроля. Принятие исходных положений рук с закрытыми глазами по инструкции учителя.	1	
47.	Вскок на колени с разбега на спортивного	1	

	козла.		
48.	Повторение. Вскок на колени с разбега на спортивного козла.	1	
Спортивные и подвижные игры 20 ч			
49.	Инструктаж безопасности на уроках физкультуры при занятиях подвижными играми. Беседа: «Элементарные правила поведения во время игр».	1	
50.	Разучивание игры «Два сигнала». Повторение игры «Запрещенное движение».	1	
51.	Повторение игры «Совушка»	1	
52.	Повторение игры «Удочка», «Салки».	1	
53.	Повторение. Повторение игры «Удочка», «Салки».	1	
54.	Разучивание игры «Шишки, желуди, орехи».	1	
55.	Повторение. Разучивание игры «Шишки, желуди, орехи».	1	
56.	Закрепление игры «Говорящий мяч», «Карлики-Великаны»	1	
57.	Повторение. Закрепление игры «Говорящий мяч», «Карлики-Великаны»	1	
58.	Повторение игры «Бездомный заяц»	1	
59.	Повторение игры «Съедобное- не съедобное»	1	
60.	Совершенствование игры «Кошки-мышки»	1	
61.	Повторение игры «Пустое место», «Невод».	1	
62.	Разучивание игры «Гонка мячей по кругу», «Быстрые мячи».	1	
63.	Повторение. Разучивание игры «Гонка мячей по кругу», «Быстрые мячи».	1	
64.	Игровые упражнения с элементами баскетбола. Эстафеты.	1	
65.	Повторение. Игровые упражнения с элементами баскетбола. Эстафеты.	1	
66.	Разучивание игры «Боулинг». Игровые упражнения с элементами «Пионербола».	1	
67.	Повторение. Разучивание игры «Боулинг». Игровые упражнения с элементами «Пионербола».	1	
68.	Разучивание игры «Выбивалы», «Боулинг».	1	
69.	Повторение игры «Выбивалы», «Боулинг».	1	
Калмыцкие подвижные игры 10 ч			
70.	Совершенствование игры «Ловкий наездник»	1	
71.	Совершенствование игры «Я- страшный жук» («Би – цогт хогт»)	1	

72.	Повторение игры «Охотник с герлыгой».	1	
73.	Повторение игры «Серебряный пояс».	1	
74.	Повторение игры «Зайцы, берите капусту» («Туулас, хавстан бэртн»).	1	
75.	Повторение игры «Загони овец в кошару».	1	
76.	Разучивание игры «Альчики» 2 вариант.	1	
77.	Повторение. Разучивание игры «Альчики» 2 вариант.	1	
78.	Разучивание игры «Нападение» («Хорма хотон»)	1	
79.	Повторение. Разучивание игры «Нападение» («Хорма хотон»)	1	
80.	Повторение изученных народных и подвижных игр.	1	
81.	Повторение. Повторение изученных народных и подвижных игр.		
Легкая атлетика 18 ч			
82.	Инструктаж безопасности при занятиях лёгкой атлетикой. Повторение размыкания и смыкания приставным шагом.	1	
83.	Выполнение ходьбы в различном темпе, с выполнением упражнений для рук. Подвижная игра «Пустое место».	1	
84.	Выполнение ходьбы шеренгой с открытыми и закрытыми глазами. Подвижная игра: «Кошки и мышки».	1	
85.	Повторение высокого старта. Медленный бег до 2 мин.	1	
86.	Повторение бега с высоким подниманием бедра и захлёстывания голени. Бег на скорость до 30 м.	1	
87.	Повторение бега с высоким подниманием бедра и захлёстывания голени. Бег на скорость до 30 м.	1	
88.	Обучение прыжку в длину с разбега без учета зоны отталкивания. Эстафеты.	1	
89.	Повторение. Обучение прыжку в длину с разбега без учета зоны отталкивания. Эстафеты.	1	
90.	Обучение прыжкам с ноги на ногу с продвижением вперед до 15 м. Элементы прыжка в высоту с прямого разбега.	1	
91.	Повторение. Обучение прыжкам с ноги на ногу с продвижением вперед до 15 м. Элементы	1	

	прыжка в высоту с прямого разбега.		
92.	Выполнение броска большого мяча 2-мя руками из-за головы и снизу с места в щит.	1	
93.	Выполнение бросков набивного мяча сидя двумя руками из-за головы. Подвижная игры «Выбивалы».	1	
94.	Обучение прыжкам на скакалке в свободном стиле.	1	
95.	Повторение. Обучение прыжкам на скакалке в свободном стиле.	1	
96.	Подвижная игра «Аркан».	1	
97.	Повторение подвижной игры «Паровоз».	1	
98.	Разучивание подвижной игры «Горячий мяч».	1	
99.	Эстафеты с предметами.	1	
100.	Повторение игры «Охотник с герлыгой»	1	
101.	Повторение изученного материала	1	
102.	Повторение. Повторение изученного материала	1	

КРИТЕРИИ И НОРМЫ ОЦЕНКИ ЗНАНИЙ УЧАЩИХСЯ

Критерии	Параметры оценки	Индикаторы
Владение навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия (самой формой поведения, его социальным рисунком), в том числе с использованием информационных технологий	Сформированность навыков коммуникации со взрослыми	Способность инициировать и поддерживать коммуникацию со взрослыми
		Способность применять адекватные способы поведения в разных ситуациях
		Способность обращаться за помощью
	Сформированность навыков коммуникации со сверстниками	Способность инициировать поддерживать коммуникацию сверстниками
		Способность применять адекватные способы поведения в разных ситуациях
		Способность обращаться за помощью
	Владение средствами коммуникации	Способность использовать разнообразные средства коммуникации согласно ситуации
	Адекватность применения ритуалов социального взаимодействия	Способность правильно применить ритуалы социального взаимодействия согласно ситуации
Предметные результаты на основе индивидуального и дифференцированного подходов (оценка овладением содержанием каждой образовательной области)	Усвоенные научные знания и использование их в практике (полнота и надежность знаний). Усвоенные предметные результаты с точки зрения	Соответствие Несоответствие

	<p>достоверности, свидетельствует о частотности допущения тех или иных ошибок, возможных причинах их появления, способах их предупреждения или преодоления.</p>	<p>Верно Неверно</p>
	<p>Прочность усвоения знаний</p>	<p>Удовлетворительно Хорошо Очень хорошо</p>

Система бальной оценки результатов

№ п/п	Балл	Характеристика
1	0б	Нет продвижения
2	1б	Минимальное продвижение
3	2б	Среднее продвижение
4	3б	Значительное продвижение

Мониторинг итоговой оценки достижения планируемых результатов в освоении АООП ОО

«удовлетворительно», если обучающиеся верно выполняют от 35% до 50% заданий;

«хорошо» — от 51% до 65% заданий.

«очень хорошо» (отлично) свыше 65%.