



Министерство образования Иркутской области

Государственное общеобразовательное казенное учреждение Иркутской области «Специальная (коррекционная) школа №1 г.Черемхово

Согласовано:
заместитель директора по УВР
С.А. Антонова
«__» _____ 2021 г.
_____ С.А. Антонова

Утверждаю
Директор
ГОКУ СКШ № 1г. Черемхово
Д.А. Субботина
«__» _____ 2021 г.
_____ Д. А. Субботина

**Рабочая программа
по коррекционному курсу
«Двигательное развитие»
(указывается наименование учебного предмета)
в 3«б», 4, 6«б» классах
на 2021-2022 уч.г.**

Зенкова Мария Александровна
(ФИО педагога, разработавшего и реализующего учебный предмет)

Пояснительная записка.

Рабочая программа по коррекционному курсу «Двигательное развитие» для 3б, 4, 6б классов составлена на основе адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования для учащихся с умеренной умственной отсталостью.

Рабочая программа коррекционный курс «Двигательное развитие» обеспечивает достижение планируемых результатов освоения учащимися адаптированной основной общеобразовательной программы ГОКУ СКШ № 1г. Черемхово на 2021-2022 уч. г.

Программа рассчитана на 68 часов (2 часа в неделю).

Цель реализации рабочей программы - создание условий для максимального удовлетворения особых образовательных потребностей обучающихся, коррекция и развитие двигательной активности детей с особыми образовательными потребностям, обогащение сенсомоторного опыта, поддержание и развитие способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков.

Задачи: мотивация двигательной активности, поддержка и развитие имеющихся движений, расширение диапазона движений и профилактика возможных нарушений; освоение новых способов передвижения, включая передвижение с помощью технических средств реабилитации.

Содержание рабочей программы коррекционного курса «Двигательное развитие» для учащихся 3б, 4, 6б классов составлена с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей, направлено на коррекцию нарушений развития и освоение учащимися знаний, умений и навыков на доступном уровне, что соответствует адаптированной основной общеобразовательной программе ГОКУ СКШ № 1 г. Черемхово.

Программа содержит материал по двигательному развитию, помогающий учащимся достичь того уровня общеобразовательных знаний и умений, которые необходимы им для социальной адаптации.

Содержание обучения по двигательному развитию имеет практическую направленность: развитие двигательных функций (способности к самостоятельному передвижению), формирование жизненно важных движений и игровой деятельности.

Рабочая программа построена по принципу коррекционной направленности.

Уроки двигательного развития имеют значение для коррекции имеющихся у учащихся недостатков: нарушения опорно-двигательных функций.

В рабочей программе предусмотрена дифференциация учебных требований к разным категориям обучающихся по их уровню усвоения программного материала по классификации В.В. Воронковой. Учитывая особенности усвоения минимального и достаточного уровня овладения предметными результатами, в рабочей программе определены группы обучающихся:

Группы обучающихся	Характеристика группы	Классы (общая численность в группе)	ФИ учащихся

I	-	-	-
II	<p>Учащиеся достаточно успешно обучаются в классе, но испытывают некоторые трудности в обучении. Они понимают; фронтальное объяснение учителя, неплохо запоминают изучаемый материал, но без помощи сделать элементарные выводы и обобщения не в состоянии. Учащиеся менее самостоятельны в выполнении работ, нуждаются в помощи учителя (активизирующей и организующей). Немного снижен темп работы, допускают ошибки, которые могут быть исправлены с незначительной помощью.</p>	36,4,66	
III	<p>Ученики, которые с трудом усваивают программный материал, нуждаясь в разнообразных видах помощи (словесно-логической, наглядной и предметно-практической). Для этих учащихся характерно недостаточное осознание вновь сообщаемого материала (правила, факты, теоретические сведения). Им трудно определить главное в изучаемом, установить логическую связь частей, отделить второстепенное. Им трудно понять материал во время фронтальных занятий, они нуждаются в дополнительном объяснении, низкая самостоятельность. Темп усвоения материала</p>		

	значительно ниже, чем у детей, отнесенных ко 2 группе.		
IV	<p>К четвертой группе относятся учащиеся, которые овладевают учебным материалом на самом низком уровне. При этом только фронтального обучения для них явно недостаточно. Они нуждаются в выполнении большого количества упражнений, введении дополнительных приемов обучения, постоянном контроле и подсказках во время выполнения работ. Дети этой группы могут усвоить значительно меньший объём знаний и умений, чем предлагается программой вспомогательной школы. Сделать выводы с некоторой долей самостоятельности, использовать прошлый опыт им недоступно. Каждое последующее задание воспринимается ими как новое. Знания усваиваются чисто механически, быстро забываются. Учащимся требуется четкое неоднократное объяснение учителя при выполнении любого задания. Помощь учителя в виде прямой подсказки одними учениками используется верно, другие в этих условиях допускают ошибки. Эти школьники не видят ошибок в работе, им требуется конкретное</p>		

	указание на них и объяснение к исправлению.		
--	---	--	--

Планируемые результаты освоения учащимися с умственной отсталостью, адаптированной основной общеобразовательной программы представлены личностными и предметными результатами:

Личностные результаты освоения программы включают индивидуально-личностные качества, жизненные и социальные компетенции учащегося и ценностные установки:

- основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определенному полу, осознание себя как "Я";
- социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
- формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир в его органичном единстве и разнообразии природной и социальной частей;
- формирование уважительного отношения к окружающим;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- освоение доступных социальных ролей (обучающегося, сына (дочери), пассажира, покупателя и т.д.),
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Предметные результаты освоения программы включают освоенные обучающимися знания и умения и готовность к их применению:

- Освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять, передвигаться (в т.ч. с использованием технических средств).
- Освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей.
- Совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости.
- Умение радоваться успехам: выше прыгнул, быстрее пробежал и др.

В результате изучения предмета двигательное развитие, обучающиеся 3б,4,6б класса должны **знать**:

- правила поведения и передвижения по спортивному залу

- правила по технике безопасности и правила пользования спортивными снарядами и тренажёрами;
- правила личной гигиены.

Уметь:

- подобрать форму одежды для занятий;
- строится в колонну, равняется в затылок, размыкаться на вытянутые руки вперёд
- выполнять повороты по ориентирам;
направленность взгляда (на говорящего взрослого, на задание).
- выполнять инструкции педагога;
- использовать по назначению учебные материалы;
- выполнять действия по образцу и по подражанию.

Содержание программы по коррекционному курсу «Двигательное развитие» 3б класса (2 ч. в неделю, 68 часов в год).

I Четверть(16 часов)

1. Упражнения на формирование правильного дыхания;
2. Дыхательные упражнения по подражанию;
3. Дыхательные упражнения по подражанию;
4. Дыхательные упражнения под хлопки;
5. Дыхательные упражнения под счет;
6. Грудное, брюшное и полное дыхание в исходных положениях;
7. Грудное, брюшное и полное дыхание в исходных положениях;
8. Грудное, брюшное и полное дыхание в исходных положениях;
9. Изменение длительности дыхания. Упражнения;
10. Изменение длительности дыхания. Упражнения;
11. Дыхание при ходьбе. Упражнения;
12. Дыхание при ходьбе. Упражнения;
13. Движение руками в исходных положениях. Упражнения;
14. Движение руками в исходных положениях. Упражнения;
15. Движение предплечий и кистей рук. Упражнения;
16. Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменением темпа;

II Четверть(16 часов)

17. Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменением темпа;
18. Повторение;
19. Наклоны головой. Упражнения;
20. Наклоны головой. Упражнения;
21. Наклоны туловищем. Упражнения;
22. Наклоны туловищем. Упражнения;
23. Сгибание стопы. Упражнения;
24. Сгибание стопы. Упражнения;
25. Перекаты с носков на пятки. Упражнения;
26. Перекаты с носков на пятки. Упражнения;
27. Приседания. Упражнения;
28. Приседания. Упражнения;
29. Отстукивание и отхлопывание разного темпа. Упражнения;
30. Отстукивание и отхлопывание разного темпа. Упражнения;
31. Выполнение по памяти комбинаций движения. Упражнения;
32. Повторение;

III Четверть(20 часов)

33. Ходьба ровным шагом. Упражнения;
34. Ходьба ровным шагом. Упражнения;
35. Ходьба по кругу, взявшись за руки. Упражнения;
36. Ходьба по кругу, взявшись за руки. Упражнения;
37. Ходьба на носках. Упражнения;
38. Ходьба на носках. Упражнения;
39. Ходьба в медленном и быстром темпе;
40. Ходьба в медленном и быстром темпе. Упражнения;
41. Ходьба по линии. Упражнения;
42. Ходьба по линии. Упражнения;
43. Ходьба по линии. Упражнения;
44. Ходьба по линии. Упражнения;
45. Ходьба по линии. Упражнения;
46. Ходьба по линии. Упражнения;
47. Передача предметов. Упражнения;
48. Передача предметов.

Упражнения; 49. Броски мячей. Упражнения; 50. Броски мячей. Упражнения; 51. Перекатывание мячей. Упражнения; 52. Перекатывание мячей. Упражнения;

IV Четверть(16 часов)

53. «Кошка и мышки». Игра; 54. «Кошка и мышки». Игра; 55. «Волшебный мешочек». Игра; 56. «Волшебный мешочек». Игра; 57. «Вот так позы». Игра; 58. «Вот так позы». Игра; 59. «Аист ходит по болоту». Игра; 60. «Аист ходит по болоту». Игра; 61. «Запомни порядок». Игра; 62. «Запомни порядок». Игра; 63. «Третий лишний». Игра; 64.«Третий лишний». Игра; 65. «Мышеловка» Игра; 66. «Мышеловка» Игра; 67. Повторение; 68. Повторение.

Содержание программы по коррекционному курсу «Двигательное развитие» 4 класса (2 ч. в неделю, 68 часов в год).

I Четверть(16 часов)

1. Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки, под счет ; 2. Грудное, брюшное и полное дыхание в исходных положениях. 3. Изменение длительности дыхания; 4. Дыхание при ходьбе с имитацией; 5. Движение руками в исходных положениях; 6. Движение предплечий и кистей рук ; 7. Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменением темпа; 8. Движение плечами; 9. Наклоны головой. ; 10. Обучения комплекса упражнения с малым мячом для профилактики миопии.; 11. Ходьба по различным предметам, передвижение боком. П/И: «Зоопарк», «Собери шишки».; 12. Упражнения для увеличения гибкости и подвижности позвоночника.; 13. Упражнения с гимнастическими палками; 14. Захват и передача предметов; 15. Ходьба по залу и нарисованным линиям; 16. Ходьба по кругу с чередованием на пятках и носках;

II Четверть(16 часов)

17. Комплекс дыхательных упражнений; 18. Упражнения для мышц спины путем складывания; 19. Упражнения для мышц стоп; 20. Упражнения с мячами – ёжиками; 21. Упражнения с различными предметами; 22. Ходьба по залу с изменением направления, с обходом кеглей; 23. Ходьба на носках с закрытыми глазами.(сопровождение педагога); 24. Сгибание-разгибание стопы. Перекаты с носков на пятки; 25. Подвижные игры на сохранение правильной осанки: «Море волнуется», «Совушка»; 26. Приседания с предметами и без; 27. Упражнения для мышц спины, брюшного пресса; 28. Лазанье по гимнастической скамье, стенке; 29. Упражнения с предметами на голове стоя у стены, в движении; 30. Упражнения с гимнастическими палками; 31. Упражнения для увеличения гибкости и подвижности позвоночника; 32. Упражнения с малыми мячами разного диаметра;

III Четверть(20 часов)

33. Дыхательные упражнения : (под хлопки, под счет); 34. Грудное, брюшное и полное дыхание в исходных положениях; 35. Дыхание в ходьбе, медленном беге; 36. Движение руками в исходных положениях. Движение предплечий и кистей рук; 37. Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменением темпа; 38. Наклоны головой, наклоны туловищем; 39. Сгибание стопы. Перекаты с носков на пятки; 40. Подвижная игра «Запомни порядок»; 41. Приседания. Упражнения для мышц ног; 42. Отстукивание и отхлопывание разного темпа; 43. Упражнения для развития координации движений; 44. Ходьба по залу с изменением направления;

45. Ходьба ровным шагом, ходьба на носках. Ходьба по кругу, взявшись за руки;
46. Ходьба в медленном и быстром темпе. Ходьба по линии и с изменением направления по команде учителя; 47. Строевые упражнения (право, лево, направо, налево, впереди, сзади, рядом); 48. Подвижная игра «Волшебный мешочек»; 49. Захват предметов. Передача предметов; 50. Лазанье по гимнастической скамье, стенке; 51. Подвижная игра «Вот так позы»; 52. Броски мячей. Перекатывание мячей;

IV Четверть(16 часов)

53. Подвижная игра «Кошка и мышки»; 54. Упражнения с предметами на голове, стоя у стены, в движении; 55. Повторение основных положений рук, ног, туловища, головы; 56. Ходьба по гимнастической скамейке с различными положениями рук (в стороны, за голову, на пояс, вверх, вперёд, к плечам); 57. Упражнения с предметами и без них. Подвижная игра «Кошка и мышки»; 58. Повторение основных видов движений, выполнение их в различном темпе, сочетание движений туловища, рук и ног; 59. Ходьба, начиная с левой ноги. Ходьба с носка. Бег в медленном темпе с соблюдением строя; 60. Прыжки на одной ноге с продвижением ноги. Прыжок в длину; 61. Ходьба, начиная с левой ноги. Ходьба с носка. Бег в медленном темпе с соблюдением строя; 62. Прыжки на одной ноге с продвижением ноги. Прыжок в длину; 63. Прыжок боком через гимнастическую скамейку; 64. Перекладывание мячей из одной руки в другую. Подбрасывание мяча перед собой и ловля его; 65. Подвижные игры «Так можно, так нельзя», «Фигуры»; 66. Размыкания, смыкания. Выполнение команд «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!», «Становись!»; 67. Метание мяча из-за головы с места и на дальность; 68. Подвижные игры «Слушай сигнал», «Светофор»;

Содержание программы по коррекционному курсу «Двигательное развитие» 6 б класса (2 ч. в неделю, 68 часов в год).

I Четверть(16 часов)

1. Введение. Правильное исходное положение. Ходьба; 2. Упражнения на ориентировку в пространстве. Ходьба и бег с четкими поворотами в углах; 3. Упражнения на ориентировку в пространстве. Построение в шеренгу, колонну, в цепочку; 4. Ритмико-гимнастические упражнения. Общеразвивающие упражнения для рук, наклоны и повороты головы, туловища; 5. Танцевальные упражнения. Зеркало. Русская народная мелодия «Ой, хмель, мой хмелек»; 6. Игра «Кто быстрее». Построение. Общеразвивающие упражнения; 7. Танцевальные упражнения. Зеркало. Русская народная мелодия «Ой, хмель, мой хмелек»; 8. Построение в круг. Танец; 9. Танцевальные упражнения. Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг; 10. Упражнение на ориентировку в пространстве; 11. Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Барабан, бубен; 12. Танец «Пальчики и ручки»; 13. Игры под музыку. Движения в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой, регистрами; 14. Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на расслабление мышц. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед; 15. Танцевальные упражнения. Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с поскоками, переменный шаг; 16. Упражнение на ориентировку в пространстве;

II Четверть(16 часов)

17. Танцевальные упражнения; 18. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Танец «Хлопки»; 19. Танцевальные упражнения. Мягкий, пружинящий шаг, неторопливый и стремительный бег; 20. Упражнение на ориентировку в пространстве; 21. Танцевальные упражнения. Мягкий, пружинящий шаг, неторопливый и стремительный бег; 22. Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на координацию движений. Одновременные движения рук в разных направлениях; 23. Упражнения на ориентировку в пространстве. Построение в круг, пары, в колонну по два; 24. Танцевальные упражнения. Хлопки. Полька. Музыка Ю. Слонова; 25. Упражнения с детскими музыкальными инструментами; 26. Круговые движения кистью, одновременное сгибание в кулак пальцев одной руки и разгибание другой в медленном темпе с ускорением; 27. Упражнения на координацию движений. Перекрестные движения правой ноги и левой руки и наоборот; 28. Танцевальные упражнения. Русская хороводная пляска. Русская народная мелодия «Выйду ль я на реченьку»; 29. Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на расслабление мышц. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед; 30. Танцевальные упражнения. Поскоки с ноги на ногу, переменные притопы; 31. Легкий бег. Игра «Кто быстрее возьмет мяч». Ритмико-гимнастические упражнения; 32. Танцевальные упражнения. Переменные притопы, прыжки с выбрасыванием ноги вперед;

III Четверть(20 часов)

33. Игры под музыку. Передача в движениях игровых образов и содержание песен. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии; 34. Общеразвивающие упражнения. Игра под музыку; 35. Легкий бег. Повороты тела вправо –влево; 36. Танцевальные упражнения. Неторопливый танцевальный и стремительный бег, поскоки с ноги на ногу, переменные притопы; 37. Упражнение на ориентировку в пространстве; 38. Ходьба с оттягиванием носка. Упражнения с детскими музыкальными инструментами; 39. Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на координацию движений; 40. Перекрестные движения правой ноги и левой руки и наоборот. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыки; 41. Упражнения с платочками; 42. Движения рук и головы. Круговые движения кистью (напряжённое и свободное); 43. Упражнения на ориентировку в пространстве. Ходьба и бег с высоким подниманием ноги; 44. Упражнения с мячом; 45. Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на расслабление мышц. Встряхивание кистей (отбрасывание воды с пальцев), выбрасывание ног поочередно вперед; 46. Ходьба с отбрасыванием ноги вперед; 47. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук; 48. Танцевальные упражнения: «Прыжки»; 49. Боковой шаг галопа; 50. Упражнение на ориентировку в пространстве; 51. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами; 52. Простые и перекрестные хлопки в парах; 53. Тихая, насторожённая ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг;

IV Четверть(20 часов)

54. Выставление правой и левой ноги поочередно вперёд, назад, в стороны, в исходное положение; 55. Резкое поднимание согнутых в колене ног, как при

маршировке. Упражнения на расслабление мышц; 56. Упражнение на ориентировку в пространстве; 57. Легкий бег. Повороты тела вправо –влево; 58. Комплекс ОРУ. Круговые движения ступни; 59. Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением; 60. Закрепление ритмико-гимнастических упражнений; 61. Упражнения на ориентировку в пространстве. Ходьба и бег с высоким подниманием ноги; 62. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения; 63. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Пскоки с ноги на ногу, лёгкие пскоки; 64. Упражнения на ориентировку в пространстве. Ходьба и бег с высоким подниманием ноги; 65. Перекрестные движения правой ноги и левой руки и наоборот. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыки; 66. Легкий бег. Повороты тела вправо –влево; 67. Круговые движения кистью, одновременное сгибание в кулак пальцев одной руки и разгибание другой в медленном темпе с ускорением; 68. Построение в круг. Танец;

Настоящая программа коррекционного курса будет реализована в условиях классно-урочной системы обучения. К каждому ребенку осуществляется индивидуальный подход. Проверка знаний, умений, обучающихся с умеренной умственной отсталостью, определяется результатами их продуктивной деятельности (поделки, рисунки, уровень развития речи) с итоговыми результатами в индивидуальную карту развития: «усвоил(а)», «частично усвоил(а)», «не усвоил(а)».

<p>Усвоил(а)</p>	<p>-Навык или умение проявляется иногда, ребенок выполняет действие самостоятельно.</p> <p>-Навык или умение проявляется иногда при частичной помощи взрослого.</p> <p>-Навык или умение проявляется в большинстве случаев, ребенок выполняет действие самостоятельно.</p>
<p>Частично усвоил(а)</p>	<p>-Навык или умение проявляется в половине случаев при частичной помощи взрослого.</p> <p>-Навык или умение проявляется в половине случаев, ребенок выполняет действие самостоятельно.</p> <p>-Навык или умение проявляется иногда при значительной помощи взрослого.</p> <p>-Навык или умение проявляется в половине случаев при значительной помощи взрослого.</p> <p>-Навык или умение проявляется в</p>

	большинстве случаев при значительной помощи взрослого
Не усвоил(а)	-Навык или умение отсутствует (самостоятельно, с помощью взрослого не выполняет). -Действие выполняется взрослым, ребенок позволяет что-либо делать с ним.

**Календарно-тематическое планирование 3б класса
Предмет «Двигательное развитие»
Всего 68 часов (2 часа в неделю)**

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Дата
I Четверть			
1	Упражнения на формирование правильного дыхания	1	01.09.21
2.	Дыхательные упражнения по подражанию.	1	02.09.21
3.	Дыхательные упражнения по подражанию.	1	08.09.21
4.	Дыхательные упражнения под хлопки.	1	09.09.21
5.	Дыхательные упражнения под счет.	1	15.09.21
6.	Грудное, брюшное и полное дыхание в исходных положениях	1	16.09.21
7.	Грудное, брюшное и полное дыхание в исходных положениях	1	22.09.21
8.	Грудное, брюшное и полное дыхание в исходных положениях	1	23.09.21
9.	Изменение длительности дыхания. Упражнения.	1	29.09.21
10.	Изменение длительности дыхания. Упражнения.	1	30.09.21
11.	Дыхание при ходьбе. Упражнения.	1	06.10.21
12.	Дыхание при ходьбе. Упражнения.	1	07.10.21
13.	Движение руками в исходных положениях. Упражнения.	1	13.10.21
14.	Движение руками в исходных положениях. Упражнения.	1	14.10.21
15.	Движение предплечий и кистей рук. Упражнения.	1	20.10.21
16.	Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменение темпа.	1	21.10.21
II Четверть			
17.	Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменение темпа.	1	03.11.21
18.	Повторение.	1	04.11.21
19.	Наклоны головой. Упражнения.	1	10.11.21
20.	Наклоны головой. Упражнения.	1	11.11.21
21.	Наклоны туловищем. Упражнения.	1	17.11.21
22.	Наклоны туловищем. Упражнения.	1	18.11.21
23.	Сгибание стопы. Упражнения.	1	24.11.21
24.	Сгибание стопы. Упражнения.	1	25.11.21
25.	Перекаты с носков на пятки. Упражнения.	1	01.12.21
26.	Перекаты с носков на пятки. Упражнения.	1	02.12.21
27.	Приседания. Упражнения.	1	08.12.21
28.	Приседания. Упражнения.	1	09.12.21
29.	Отстукивание и отхлопывание разного темпа. Упражнения.	1	15.12.21
30.	Отстукивание и отхлопывание разного темпа. Упражнения.	1	16.12.21
31.	Выполнение по памяти комбинаций движения. Упражнения.	1	22.12.21
32.	Повторение.	1	23.12.21
III Четверть			
33.	Ходьба ровным шагом. Упражнения.	1	12.01.22

34.	Ходьба ровным шагом. Упражнения.	1	13.01.22
35.	Ходьба по кругу, взявшись за руки. Упражнения.	1	19.01.22
36.	Ходьба по кругу, взявшись за руки. Упражнения.	1	20.01.22
37.	Ходьба на носках. Упражнения.	1	26.01.22
38.	Ходьба на носках. Упражнения.	1	27.01.22
39.	Ходьба в медленном и быстром темпе	1	02.02.22
40.	Ходьба в медленном и быстром темпе. Упражнения.	1	03.02.22
41.	Ходьба по линии. Упражнения.	1	09.02.22
42.	Ходьба по линии. Упражнения.	1	10.02.22
43.	Ходьба на носках. Упражнения.	1	16.02.22
44.	Ходьба на носках. Упражнения.	1	17.02.22
45.	Захват предметов. Упражнения.	1	23.02.22
46.	Захват предметов. Упражнения.	1	24.02.22
47.	Передача предметов. Упражнения.	1	02.03.22
48.	Передача предметов. Упражнения.	1	03.03.22
49.	Броски мячей. Упражнения.	1	09.03.21
50.	Броски мячей. Упражнения.	1	10.03.22
51.	Перекатывание мячей. Упражнения.	1	16.03.22
52.	Перекатывание мячей. Упражнения.	1	17.03.22
IV Четверть			
53.	«Кошка и мышки». Игра.	1	30.03.22
54.	«Кошка и мышки». Игра.	1	31.03.22
55.	«Волшебный мешочек». Игра.	1	06.04.22
56.	«Волшебный мешочек». Игра.	1	07.04.22
57.	«Вот так позы». Игра.	1	13.04.22
58.	«Вот так позы». Игра.	1	14.04.22
59.	«Аист ходит по болоту». Игра.	1	20.04.22
60.	«Аист ходит по болоту». Игра.	1	21.04.22
61.	«Запомни порядок». Игра.	1	27.04.22
62.	«Запомни порядок». Игра.	1	28.04.22
63.	«Третий лишний». Игра.	1	04.05.22
64.	«Третий лишний». Игра.	1	05.05.22
65.	«Мышеловка» Игра.	1	11.05.22
66.	«Мышеловка» Игра.	1	12.05.22
67.	Повторение.	1	18.05.22
68.	Повторение.	1	19.05.22
Итого:		68 часов	

**Календарно-тематическое планирование 4 класса
Предмет «Двигательное развитие»
Всего 68 часов (2 часа в неделю)**

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Дата
I Четверть			
1	Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки, под счет.	1	03.09.21
2.	Грудное, брюшное и полное дыхание в исходных положениях.	1	07.09.21
3.	Изменение длительности дыхания.	1	10.09.21
4.	Дыхание при ходьбе с имитацией.	1	14.09.21
5.	Движение руками в исходных положениях.	1	17.09.21
6.	Движение предплечий и кистей рук.	1	21.09.21
7.	Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменением темпа.	1	24.09.21
8.	Движение плечами.	1	28.09.21

9.	Наклоны головой.	1	01.10.21
10.	Обучения комплекса упражнения с малым мячом для профилактики миопии.	1	05.10.21
11.	Ходьба по различным предметам, передвижение боком. Игры: «Зоопарк», «Собери шишки».	1	08.10.21
12.	Упражнения для увеличения гибкости и подвижности позвоночника.	1	12.10.21
13.	Упражнения на ребристых досках, гимнастических палках, ортопедических ковриках.	1	15.10.21
14.	Захват и передача предметов.	1	19.10.21
15.	Ходьба по залу и линиям.	1	22.10.21
16.	Ходьба по кругу с чередованием на пятках и носках.	1	
II Четверть			
17.	Комплекс дыхательных упражнений.	1	02.11.21
18.	Упражнения для мышц спины путем складывания.	1	05.11.21
19.	Упражнения для мышц стоп.	1	09.11.21
20.	Упражнения с мячами – ёжиками.	1	12.11.21
21.	Упражнения с различными предметами.	1	16.11.21
22.	Ходьба по залу с изменением направления, с обходом кеглей.	1	19.11.21
23.	Ходьба на носках с закрытыми глазами.	1	23.11.21
24.	Сгибание-разгибание стопы. Перекаты с носков на пятки.	1	26.11.21
25.	Подвижные игры на сохранение правильной осанки: «Море волнуется», «Совушка».	1	30.11.21
26.	Приседания с предметами и без.	1	03.12.21
27.	Упражнения для мышц спины, брюшного пресса.	1	07.12.21
28.	Лазанье по гимнастической скамье, стенке.	1	10.12.21
29.	Упражнения с предметами на голове (мешочек с песком, кубик и т. д)	1	14.12.21
30.	Упражнения с гимнастическими палками.	1	17.12.21
31.	Упражнения для увеличения гибкости и подвижности позвоночника.	1	21.12.21
32.	Упражнения с малыми мячами разного диаметра.	1	24.12.21
III Четверть			
33.	Выполняют дыхательные упражнения в образном оформлении; по подражанию, под хлопки, под счет.	1	11.01.22
34.	Грудное, брюшное и полное дыхание в исходных положениях.	1	14.01.22
35.	Дыхание в ходьбе, медленном беге.	1	18.01.22
36.	Движение руками в исходных положениях. Движение предплечий и кистей рук.	1	21.01.22
37.	Упражнения для укрепления мышц рук.	1	25.01.22
38.	Наклоны головой. Наклоны туловищем.	1	28.01.22
39.	Сгибание стопы. Перекаты с носков на пятки.	1	01.02.22
40.	Подвижная игра «Запомни порядок»	1	04.02.22
41.	Приседания. Упражнения для мышц ног.	1	08.02.22
42.	Отстукивание и отхлопывание разного темпа.	1	11.02.22
43.	Упражнения для развития координации движений.	1	15.02.22
44.	Ходьба по залу с изменением направления.	1	18.02.22
45.	Ходьба ровным шагом, ходьба на носках. Ходьба по кругу, взявшись за руки.	1	22.02.22
46.	Ходьба в медленном и быстром темпе. Ходьба по линии и с изменением направления по команде учителя.	1	25.02.22
47.	Строевые упражнения.	1	01.03.22

48.	Подвижная игра «Волшебный мешочек».	1	04.03.22
49.	Захват предметов. Передача предметов.	1	08.03.21
50.	Лазанье по гимнастической скамье, стенке.	1	11.03.22
51.	Подвижная игра «Вот так позы».	1	15.03.22
52.	Подвижная игра «Кошка и мышки»	1	18.03.22
IV Четверть			
53.	Броски мячей. Перекатывание мячей.	1	01.04.22
54.	Подвижная игра «Аист ходит по болоту»	1	05.04.22
55.	Выполнение упражнений с предметами на голове (мешочек с песком, кубик и т.д) стоя у стены, в движении.	1	08.04.22
56.	Повторение основных положений рук, ног, туловища, головы.	1	12.04.22
57.	Ходьба по гимнастической скамейке с различными положениями рук.	1	15.04.22
58.	Упражнения с предметами и без них. Подвижная игра «Кошка и мышки».	1	19.04.22
59.	Повторение основных видов движений, выполнение их в различном темпе, сочетание движений туловища, рук и ног	1	22.04.22
60.	Ходьба, начиная с левой ноги. Ходьба с носка. Бег в медленном темпе с соблюдением строя.	1	26.04.22
61.	Прыжки на одной ноге с продвижением ноги. Прыжок в длину.	1	29.04.22
62.	Прыжок боком через гимнастическую скамейку.	1	03.05.22
63.	Перекладывание мячей из одной руки в другую. Подбрасывание мяча перед собой и ловля его.	1	06.05.22
64.	Подвижные игры «Так можно, так нельзя», «Фигуры»	1	10.05.22
65.	Размыкания, смыкания. Выполнение команд «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!», «Становись!».	1	13.05.22
66.	Упражнения на формирование правильной осанки.	1	17.05.22
67.	Метание мяча из-за головы с места и на дальность.	1	20.05.22
68.	Подвижные игры «Слушай сигнал», «Светофор».	1	24.05.22
Итого:		68 часов	

Календарно-тематическое планирование 6б класса

Предмет «Двигательное развитие»

Всего 68 часов (2 часа в неделю)

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Дата
I Четверть			
1	Введение. Правильное исходное положение. Ходьба	1	03.09.21
2.	Упражнения на ориентировку в пространстве. Ходьба и бег с четкими поворотами в углах	1	06.09.21
3.	Упражнения на ориентировку в пространстве. Построение в шеренгу, колонну, в цепочку	1	10.09.21
4.	Ритмико-гимнастические упражнения. Общеразвивающие упражнения для рук, наклоны и повороты головы, туловища	1	13.09.21
5.	Танцевальные упражнения. Зеркало. Русская народная мелодия «Ой, хмель, мой хмелек	1	17.09.21
6.	Игра «Кто быстрее». Построение. общеразвивающие упражнения	1	20.09.21
7.	Танцевальные упражнения. Зеркало. Русская народная мелодия «Ой, хмель, мой хмелек»	1	24.09.21
8.	Построение в круг. Танец	1	27.09.21
9.	Танцевальные упражнения. Тихая, настороженная ходьба,	1	01.10.21

	высокий шаг		
10.	Упражнение на ориентировку в пространстве	1	04.10.21
11.	Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Барабан, бубен	1	08.10.21
12.	Танец «Пальчики и ручки»	1	11.10.21
13.	Игры под музыку. Движения в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой, регистрами	1	15.10.21
14.	Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на расслабление мышц. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед	1	18.10.21
15.	Танцевальные упражнения. Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с поскоками, переменный шаг	1	22.10.21
II Четверть			
16.	Танцевальные упражнения	1	01.11.21
17.	Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Танец «Хлопки»	1	05.11.21
18.	Танцевальные упражнения. Мягкий, пружинящий шаг, неторопливый и стремительный бег	1	08.11.21
19.	Упражнение на ориентировку в пространстве	1	12.11.21
20.	Танцевальные упражнения. Мягкий, пружинящий шаг, неторопливый и стремительный бег	1	15.11.21
21.	Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на координацию движений. Одновременные движения рук в разных направлениях	1	19.11.21
22.	Упражнения на ориентировку в пространстве. Построение в круг, пары, в колонну по два	1	22.11.21
23.	Танцевальные упражнения. Хлопки. Полька. Музыка Ю. Слонова	1	26.11.21
24.	Круговые движения кистью, одновременное сгибание в кулак пальцев одной руки и разгибание другой в медленном темпе с ускорением	1	29.11.21
25.	Упражнения на координацию движений. Перекрестные движения правой ноги и левой руки и наоборот	1	03.12.21
26.	Танцевальные упражнения. Русская хороводная пляска. Русская народная мелодия «Выйду ль я на реченьку»	1	06.12.21
27.	Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на расслабление мышц. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед	1	10.12.21
28.	Танцевальные упражнения. Пскоки с ноги на ногу, переменные притопы	1	13.12.21
29.	Легкий бег. Игра «Кто быстрее возьмет мяч». Ритмико-гимнастические упражнения	1	17.12.21
30.	Танцевальные упражнения. Переменные притопы, прыжки с выбрасыванием ноги вперед	1	20.12.21
31	Повторение		24.12.21
III Четверть			
33.	Игры под музыку. Передача в движениях игровых образов и содержание песен. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии	1	10.01.22
34.	Общеразвивающие упражнения. Игра под музыку	1	14.01.22
35.	Легкий бег. Повороты тела вправо –влево	1	17.01.22

36.	Танцевальные упражнения. Неторопливый танцевальный и стремительный бег, поскоки с ноги на ногу, переменные притопы	1	21.01.22
37.	Упражнение на ориентировку в пространстве	1	24.01.22
38.	Ходьба с оттягиванием носка. Упражнения с детскими музыкальными инструментами	1	28.01.22
39.	Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на координацию движений	1	31.01.22
40.	Перекрестные движения правой ноги и левой руки и наоборот. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыки	1	04.02.22
41.	Упражнения с платочками	1	07.02.22
42.	Движения рук и головы. Круговые движения кистью (напряжённое и свободное)	1	11.02.22
43.	Упражнения на ориентировку в пространстве. Ходьба и бег с высоким подниманием ноги	1	14.02.22
44.	Упражнения с мячом	1	18.02.22
45.	Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на расслабление мышц. Встряхивание кистей (отбрасывание воды с пальцев), выбрасывание ног поочередно вперед	1	21.02.22
46.	Ходьба с отбрасыванием ноги вперед	1	25.02.22
47.	Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук	1	28.02.22
48.	Танцевальные упражнения: «Прыжки»	1	04.03.22
49.	Боковой шаг галопа	1	07.03.21
50.	Упражнение на ориентировку в пространстве	1	11.03.22
51.	Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами	1	14.03.22
52.	Простые и перекрёстные хлопки в парах	1	18.03.22
IV Четверть			
53.	Выставление правой и левой ноги поочередно вперёд, назад, в стороны, в исходное положение	1	28.03.22
54.	Резкое поднимание согнутых в колене ног, как при маршировке. Упражнения на расслабление мышц	1	01.04.22
55.	Упражнение на ориентировку в пространстве	1	04.04.22
56.	Легкий бег. Повороты тела вправо –влево	1	08.04.22
57.	Комплекс ОРУ. Круговые движения ступни	1	11.04.22
58.	Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением	1	15.04.22
59.	Закрепление ритмико-гимнастических упражнений	1	18.04.22
60.	Упражнения на ориентировку в пространстве. Ходьба и бег с высоким подниманием ноги	1	22.04.22
61.	Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения	1	25.04.22
62.	Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Поскоки с ноги на ногу, лёгкие поскоки	1	29.04.22
63.	Упражнения на ориентировку в пространстве. Ходьба и бег с высоким подниманием ноги	1	02.05.22
64.	Перекрестные движения правой ноги и левой руки и наоборот. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыки	1	06.05.22
65.	Легкий бег. Повороты тела вправо–влево	1	09.05.22
66.	Круговые движения кистью, одновременное сгибание в кулак пальцев одной руки и разгибание другой в медленном темпе с ускорением	1	13.05.22

67.	Построение в круг. Танец	1	16.05.22
68.	Повторение.	1	24.05.22
	Итого:	68 часов	