

**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Луговская средняя общеобразовательная школа»  
Тальменского района Алтайского края**

**ПРИНЯТО**  
на заседании  
Педагогического совета  
Протокол № 1 от 29.08.2022г

**УТВЕРЖДАЮ**  
Директор МКОУ «Луговская СОШ»  
Тешева И.Н.  
Приказ №170/4 от 31.08.2022 г

**Рабочая программа учебного предмета  
«Физическая культура»**

**2 класс**  
**(начальное общее образование)**  
**(адаптированная образовательная программа  
для учащихся с задержкой психического развития  
вариант 7.1)**

Составлена на основе авторской рабочей программы по физической культуре 1-4 классов В.И. Лях. М. «Просвещение», 2012 г.

**Составитель:**  
Федосеев Дмитрий Вячеславович

**с. Луговое 2022**

## Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» для 2 класса составлена с учетом следующих нормативных документов и методических материалов:

- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010 г № 1897);
- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. N 1598)
- федерального перечня учебников рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в ОО;
- Адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования для учащихся с задержкой психического развития (вариант 7.1) МКОУ «Луговская СОШ»;
- учебного плана начального общего образования МКОУ «Луговская СОШ» на 2022-2023 учебный год;
- учебного плана адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с задержкой психического развития (вариант 7.1)
- Положения о рабочей программе учебных предметов, курсов МКОУ «Луговская СОШ»;
- авторской программы по физической культуре: Программы общеобразовательных учреждений: «Физическая культура» 1-4 класс/ В.И.Лях

Образовательная программа: Адаптированная основная общеобразовательная программа для обучающихся с задержкой психического развития.

Вариант и срок реализации программы: Вариант 7.1 – 4 года.

Направления коррекционной работы:

- Педагог-психолог: формирование и развитие учебной мотивации, коррекция и развитие пространственно-временных представлений
- Учитель-логопед: коррекция дефектов звукопроизношения, развитие фонематических процессов, коррекция и развитие всех компонентов речи, помощь в формировании навыков письма и чтения, накопление и активизация словаря
- Учитель-дефектолог: коррекция и развитие познавательной деятельности, мыслительных операций на основе изучаемого программного материала, восполнение пробелов предшествующего обучения
- Социальный педагог: координация взаимодействия субъектов образовательного процесса

Образовательная программа: Адаптированная основная общеобразовательная программа для обучающихся с задержкой психического развития.

Вариант и срок реализации программы: Вариант 7.1 – 4 года.

Направления коррекционной работы:

- Педагог-психолог: формирование и развитие учебной мотивации, коррекция и развитие пространственно-временных представлений
  - Учитель-логопед: коррекция дефектов звукопроизношения, развитие фонематических процессов, коррекция и развитие всех компонентов речи, помощь в формировании навыков письма и чтения, накопление и активизация словаря
  - Учитель-дефектолог: коррекция и развитие познавательной деятельности, мыслительных операций на основе изучаемого программного материала, восполнение пробелов предшествующего обучения
  - Социальный педагог: координация взаимодействия субъектов образовательного процесса
- Обучающиеся в специальных учебниках не нуждаются.

## Психолого-педагогическая характеристика обучающихся с ЗПР

**Обучающиеся с ЗПР** — это дети, имеющие недостатки в психологическом развитии, подтвержденные ПМПК и препятствующие получению образования без создания специальных условий.

Все обучающиеся с ЗПР испытывают в той или иной степени выраженные затруднения в усвоении учебных программ, обусловленные недостаточными познавательными способностями, специфическими расстройствами психологического развития (школьных навыков, речи и др.), нарушениями в организации деятельности и/или поведения. Общими для всех обучающихся с ЗПР являются в разной степени выраженные недостатки в формировании высших психических функций, замедленный темп либо неравномерное становление познавательной деятельности, трудности произвольной саморегуляции. Достаточно часто у обучающихся отмечаются нарушения речевой и мелкой ручной моторики, зрительного восприятия и пространственной ориентировки, умственной работоспособности и эмоциональной сферы.

Диапазон различий в развитии обучающихся с ЗПР достаточно велик – от практически нормально развивающихся, испытывающих временные и относительно легко устранимые трудности, до обучающихся с выраженными и сложными по структуре нарушениями когнитивной и аффективно-поведенческой сфер личности. От обучающихся, способных при специальной поддержке на равных обучаться совместно со здоровыми сверстниками, до обучающихся, нуждающихся при получении начального общего образования в систематической и комплексной (психолого-медико-педагогической) коррекционной помощи.

Различие структуры нарушения психического развития у обучающихся с ЗПР определяет необходимость многообразия специальной поддержки в получении образования и самих образовательных маршрутов, соответствующих возможностям и потребностям обучающихся с ЗПР и направленных на преодоление существующих ограничений в получении образования, вызванных тяжестью нарушения психического развития и способностью или неспособностью обучающегося к освоению образования, сопоставимого по срокам с образованием здоровых сверстников.

Дифференциация образовательных программ начального общего образования обучающихся с ЗПР должна соотноситься с дифференциацией этой категории обучающихся в соответствии с характером и структурой нарушения психического развития. Задача разграничения вариантов ЗПР и рекомендации варианта образовательной программы возлагается на ПМПК. Общие ориентиры для рекомендации обучения по АООП НОО (вариант 7.1) могут быть представлены следующим образом: Адаптированная программа (вариант 7.1.) адресована обучающимся с ЗПР, достигшим к моменту поступления в школу уровня психофизического развития близкого возрастной норме, но отмечаются трудности произвольной саморегуляции, проявляющейся в условиях деятельности и организованного поведения, и признаки общей социально-эмоциональной незрелости. Кроме того, у данной категории обучающихся могут отмечаться признаки легкой органической недостаточности центральной нервной системы (ЦНС), выражающиеся в повышенной психической истощаемости с сопутствующим снижением умственной работоспособности и устойчивости к интеллектуальным и эмоциональным нагрузкам. Помимо перечисленных характеристик, у обучающихся могут отмечаться типичные, в разной степени выраженные, дисфункции в сферах пространственных представлений, зрительно-моторной координации, фонетико-фонематического развития, нейродинамики и др. Но при этом наблюдается устойчивость форм адаптивного поведения.

### **Особые образовательные потребности обучающихся с ЗПР**

Особые образовательные потребности различаются у обучающихся с ОВЗ разных категорий, поскольку задаются спецификой нарушения психического развития, определяют особую логику построения учебного процесса и находят своё отражение в структуре и содержании образования. Наряду с этим современные научные представления об особенностях психофизического развития

разных групп обучающихся позволяют выделить образовательные потребности, как общие для всех обучающихся с ОВЗ, так и специфические.

К **общим** потребностям относятся:

- получение специальной помощи средствами образования сразу же после выявления первичного нарушения развития;
  - получение начального общего образования в условиях образовательных организаций общего или специального типа, адекватного образовательным потребностям обучающегося с ОВЗ;
  - обязательность непрерывности коррекционно-развивающего процесса, реализуемого, как через содержание предметных областей, так и в процессе индивидуальной работы;
- психологическое сопровождение, оптимизирующее взаимодействие ребенка с педагогами и соучениками;
- психологическое сопровождение, направленное на установление взаимодействия семьи и образовательной организации;
- постепенное расширение образовательного пространства, выходящего за пределы образовательной организации.

Для обучающихся с ЗПР, осваивающих АООП НОО (вариант 7.1), характерны следующие **специфические образовательные потребности**:

- адаптация основной общеобразовательной программы начального общего образования с учетом необходимости коррекции психофизического развития;
- обеспечение особой пространственной и временной организации образовательной среды с учетом функционального состояния центральной нервной системы (ЦНС) и нейродинамики психических процессов обучающихся с ЗПР (быстрой истощаемости, низкой работоспособности, пониженного общего тонуса и др.);
- комплексное сопровождение, гарантирующее получение необходимого лечения, направленного на улучшение деятельности ЦНС и на коррекцию поведения, а также специальной психокоррекционной помощи, направленной на компенсацию дефицитов эмоционального развития, формирование осознанной саморегуляции познавательной деятельности и поведения;
- процесса обучения с учетом специфики усвоения знаний, умений и навыков обучающимися с ЗПР с учетом темпа учебной работы ("пошаговом" предъявлении материала, дозированной помощи взрослому, использовании специальных методов, приемов и средств, способствующих как общему развитию обучающегося, так и компенсации индивидуальных недостатков развития);
- учет актуальных и потенциальных познавательных возможностей, обеспечение индивидуального темпа обучения и продвижения в образовательном пространстве для разных категорий обучающихся с ЗПР;
- профилактика и коррекция социокультурной и школьной дезадаптации;
- постоянный (пошаговый) мониторинг результативности образования и сформированности социальной компетенции обучающихся, уровня и динамики психофизического развития;
- обеспечение непрерывного контроля за становлением учебно-познавательной деятельности обучающегося с ЗПР, продолжающегося до достижения уровня, позволяющего справляться с учебными заданиями самостоятельно;
- постоянное стимулирование познавательной активности, побуждение интереса к себе, окружающему предметному и социальному миру;
- постоянная помощь в осмыслении и расширении контекста усваиваемых знаний, в закреплении и совершенствовании освоенных умений;
- специальное обучение «переносу» сформированных знаний и умений в новые ситуации взаимодействия с действительностью;
- постоянная актуализация знаний, умений и одобряемых обществом норм поведения;
- использование преимущественно позитивных средств стимуляции деятельности и поведения;

- развитие и отработка средств коммуникации, приемов конструктивного общения и взаимодействия (с членами семьи, со сверстниками, с взрослыми), формирование навыков социально одобряемого поведения;
- специальная психокоррекционная помощь, направленная на формирование способности к самостоятельной организации собственной деятельности и осознанию возникающих трудностей, формирование умения запрашивать и использовать помощь взрослого;
- обеспечение взаимодействия семьи и образовательной организации (сотрудничество с родителями, активизация ресурсов семьи для формирования социально активной позиции, нравственных и общекультурных ценностей).

**Цель программы:** совершенствование жизненно важных двигательных навыков и умений, их вариативное использование в игровой деятельности и в самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных задач:

**Задачи:**

- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- формирование общих представлений о физической культуре, её значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга;
- обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.

**Рабочая программа полностью соответствует авторской.**

**На изучение физической культуры** в начальной школе отводится 3 часа в неделю. Курс рассчитан на 102 часа ( 34 учебных недели)

**Срок реализации программы 1 год.**

**Формы работы:** фронтальная, индивидуальная, групповая, самостоятельная.

**Методы обучения:** объяснение, беседа, практические работы.

**Методы работы:** словесный, демонстрационный, соревновательно-игровой.

**Технологии:** личностно-ориентированная, системно-деятельностный подход, здоровьесберегающая.

## **Планируемые результаты.**

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта данная рабочая программа для 1—4 классов направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

### **Личностные результаты**

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности, принятие и освоение социальной роли обучающего;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей и ценностей;
- формирование установки на здоровый образ жизни.

### **Метапредметные результаты**

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;

- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

### **Предметные результаты**

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости), в том числе подготовка к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

## **Содержание учебной программы.**

### **Знания о физической культуре (в процессе урока)**

- здоровье и физическое развитие человека, положение тела в пространстве; основные формы движений; приемы закаливания (воздушные ванны, солнечные ванны, водные процедуры, хождение босиком)
- способы саморегуляции (специальные дыхательные упражнения)
- способы самоконтроля (измерение массы тела)

### **Легкая атлетика (34)**

Ходьба обычная, на носках, на пятках, в полуприсяде, с различным положением рук, под счет учителя, коротким, средним и длинным шагом, с изменением длины и частоты шагов. Обычный бег, бег с высоким подниманием бедра. Прыжковые упражнения : в длину с места, прыжки с разбега, в высоту с разбега, чередование прыжков. Метание малого мяча, бросок набивного мяча 1 кг. Совершенствование равномерного, медленного бега, бега с изменением скорости.

Бег с прыжками, с ускорением, с вращением вокруг своей оси. Закрепление навыков прыжков. Эстафеты с прыжками на одной ноге до 10 прыжков Совершенствование прыжков в высоту и длину с разбега.

Метание мяча, совершенствование метания мяча с места, на дальность, на заданное расстояние, в горизонтальную и вертикальную цель. Броски набивного мяча. «Встречная эстафета до 20 метров»

### **Гимнастика (26)**

Перекаты в группировке с последующей опорой руками за головой, кувырки вперед назад, стойка на лопатках, «мост» из положения лежа с помощью и самостоятельно. Вис с завесом, на согнутых руках, согнув ноги. Вис на гимнастической стенке, прогнувшись, подтягивание в виси. Лазание по наклонной скамейке в упоре стоя на коленях, лежа на животе, лазание по канату в три приема, перелазание через препятствие. Опорные прыжки на горку из гимнастических матов, на коня, козла. Вскок и соскок, ходьба приставными шагами Шаги галопа и польки. Освоение навыков ходьбы по бревну. Построение в шеренгу, перестроение и передвижение по диагонали,

### **Лыжная подготовка ( 18)**

Попеременный двухшажный ход без палок и с палками. Передвижение на лыжах до 2 км. С равномерной скоростью. Подъем «лесенкой» и «елочкой». Спуски с пологих склонов. Торможение плугом и упором. Прохождение дистанции 1,5 км.

## Подвижные игры (24)

Броски, ловля, ведение и передача мяча. Закрепление и совершенствование бросков и ведения мяча. Игры: «Мяч ловцу», «Гонка мячей по кругу», «Овладей мячом», «Охотники и утки», «Подвижная цель», «Быстро и точно», «Снайперы», «Борьба за мяч», «Перестрелка».

### Уровень физической подготовленности.

№	Учебные нормативы	2 класс					
		мальчики			девочки		
		5	4	3	5	4	3
1.	Бег 30 метров, сек.	6,1	7,0	7,1	6,5	7,5	7,6
2.	Челночный бег 3x10 метров, сек.	9,4	10,0	10,4	10,0	10,7	11,2
3.	Прыжок в длину с места, см	150	125	110	145	125	100
4.	Шестиминутный бег, м	1000	800	750	900	650	550
5.	Наклон вперед в положении сидя, см	+6	+3	+1	+10	+6	+2
6.	Метание малого мяча на точность с 5м., 10 попыток, КП	1	3	5	1	2	3

### Тематический поурочный план учебного предмета « Физическая культура»2 класс (вариант:3 ч. в неделю, 34 учебных недели - 102ч. )

№ уро-ка	№ темы	Наименование разделов и тем	Кол-во часов	Формы контроля (практические, лекции и др.)
<b>Ходьба, бег, прыжки, метание (легкая атлетика) 14ч</b>				
1	1.1	Инструктаж по технике безопасности. <b>Когда и как возникли физическая культура и спорт.</b> Ходьба обычная, на носках, на пятках.	1	
2	1.2	<b>Спортивная одежда и обувь.</b> Ходьба на пятках и в полуприсяде.	1	
3	1.3	<b>Тренировка ума и характера.</b> Ходьба под счет коротким, средним и длинным шагом.	1	Тест " Наклон вперед в положении сидя"
4	1.4	<b>Твой организм. Скелет.</b> Сочетание различных видов ходьбы.	1	
5	1.5	<b>Твой организм. Мышцы.</b> Ходьба с высоким подниманием бедра.	1	
6	1.6	<b>Твой организм . Основные внутренние органы</b> .Обычный бег с изменением направления движения.	1	Тест "Бег 30 метров"
7	1.7	Челночный бег 3x10м.	1	Тест
8	1.8	Эстафеты с бегом на скорость. Круговая эстафета.	1	Тест " Шестиминутный бег"
9	1.9	Прыжки с разбега с приземлением на обе ноги.	1	
10	1.10	Прыжки в длину с места.	1	Тест
11	1.11	<b>Твой организм. Основные части тела человека.</b> Закрепление навыков прыжков. Прыжки через скакалку.	1	

12	1.12	<b>Органы чувств. Зрение и слух.</b> Метание малого мяча на дальность с места.	1	Тест
13	1.13	<b>Сердце. Кровеносные сосуды.</b> Метание мяча в горизонтальную цель.	1	
14	1.14	Бросок двумя руками набивного мяча 0,5кг.	1	
<b>Играем все! (подвижные игры) 22ч</b>				
15	2.1	Инструктаж по ТБ. <b>Органы чувств.</b> Игра «К своим флажкам».	1	
16	2.2	Закрепление навыков бега. Игра «Два Мороза».	1	
17	2.3	<b>Первая помощь при ушибах.</b> Закрепление навыков бега. Игра «Пятнашки».	1	
18	2.4	Закрепление навыков бега. Игра «К своим флажкам».	1	
19	2.5	Закрепление навыков в прыжках. Игра «Прыгающие воробушки».	1	
20	2.6	Закрепление навыков в прыжках. Игра «Зайцы в огороде».	1	
21	2.7	Закрепление навыков в прыжках. Игра «Лисы и куры».	1	
22	2.8	Закрепление навыков в прыжках. Игра «Прыгающие воробушки».	1	
23	2.9	Закрепление метаний на дальность. Игра «Кто дальше бросит».	1	
24	2.10	Закрепление метаний на дальность. Игра «Точный расчет».	1	
25	2.11	Закрепление метаний. Игра «Метко в цель».	1	
26	2.12	Овладение ловлей мяча.	1	
27	2.13	Передача мяча.	1	
28	2.14	Ведение мяча.	1	
29	2.15	Передача мяча в парах на месте.	1	
30	2.16	Ведение мяча правой, левой рукой.	1	
31	2.17	Ведение мяча в движении по прямой (шагом, бегом).	1	
32	2.18	Закрепление ловли. Игра «Играй, играй, мяч не теряй».	1	
33	2.19	Закрепление передачи мяча «Мяч водящему».	1	
34	2.20	Закрепление ведения мяча. Игра «У кого меньше мячей».	1	
35	2.21	Закрепление бросков мяча. Игра «Мяч в корзину».	1	
36	2.22	Закрепление бросков мяча. Игра «Попади в обруч».	1	
<b>Бодрость, грация, координация (гимнастика) 24ч</b>				
37	3.1	<b>Осанка.</b> Инструктаж по ТБ. Общеразвивающие упражнения с большими мячами.	1	
38	3.2	Общеразвивающие упражнения с малыми мячами.	1	
39	3.3	<b>Личная гигиена.</b> Акробатические упражнения, перекаты в группировке.	1	
40	3.4	Кувырок вперед.	1	
41	3.5	Кувырок вперед. Стойка на лопатках согнув ноги.	1	
42	3.6	Из стойки на лопатках согнув ноги перекат вперед в упор присев.	1	
43	3.7	Упражнения на гимнастической стенке поднимание согнутых ног.	1	
44	3.8	Вис на согнутых руках.	1	
45	3.9	Подтягивание в висе лёжа согнувшись.	1	
46	3.10	Подтягивание ноги врозь и в висе на канате.	1	
47	3.11	<b>Закаливание.</b> Упражнения в упоре лёжа на гимнастической скамейке.	1	
48	3.12	Лазание по гимнастической стенке.	1	
49	3.13	Перелазание через горку матов и гимнастическую скамейку.	1	
50	3.14	Стойка на двух и одной ноге с закрытыми глазами.	1	



51	3.15	Перешагивание через набивные мячи и их переноска.	1	
52	3.16	Шаг с прискоком, приставные шаги, шаг галопа в сторону.	1	
53	3.17	Основная стойка: построение в колонну по одному и в шеренгу.	1	
54	3.18	Размыкание на вытянутые в стороны руки.	1	
55	3.19	Перестроение из колонны по одному в колонну по два.	1	
56	3.20	Перестроение из одной шеренги в две.	1	
57	3.21	Повороты направо, налево, «Шагом марш», «Класс, стой».	1	
58	3.22	Размыкание и смыкание приставными шагами.	1	
59	3.23	Основные положения и движения рук, ног, туловища, выполняемые на месте и в движении.	1	
60	3.24	Сочетание движений ног, туловища с одноименными и разноименными движениями рук.	1	
<b>Все на лыжи! (лыжная подготовка) 17ч</b>				
61	4.1	Инструктаж по ТБ. Ступающий и скользящий шаг без палок.	1	
62	4.2	<b>Закаливание.</b> Ступающий и скользящий шаг с палками.	1	
63	4.3	<b>Самоконтроль.</b> Повороты переступанием.	1	
64	4.4	<b>Первая помощь при обморожениях.</b> Повороты переступанием.	1	
65	4.5	Подъемы, спуски под уклон.	1	
66	4.6	Подъемы, спуски под уклон.	1	
67	4.7	<b>Мозг и нервная система.</b> Передвижение на лыжах до 1км.	1	
68	4.8	Передвижение на лыжах до 1км.	1	
69	4.9	Передвижение на лыжах до 1км.	1	
70	4.10	<b>Органы пищеварения.</b> Передвижение на лыжах до 1км.	1	
71	4.11	<b>Пища и питательные вещества.</b> Скользящий шаг с палками.	1	
72	4.12	Подъемы, спуски с небольших склонов.	1	
73	4.13	Подъемы, спуски с небольших склонов.	1	
74	4.14	Передвижение на лыжах до 1,5 км.	1	
75	4.15	Передвижение на лыжах до 1,5 км.	1	
76	4.16	Передвижение на лыжах до 1,5 км.	1	
77	4.17	Передвижение на лыжах до 1,5 км.	1	
<b>Играем все! (подвижные и спортивные игры) 7ч</b>				
78	5.1	Инструктаж по ТБ. Совершенствование навыков бега. Игра «К своим флажкам».	1	
79	5.2	<b>Вода и питьевой режим.</b> Совершенствование бега. Игра «Пятнашки»	1	
80	5.3	Совершенствование в прыжках. Игра «Прыгающие воробушки».	1	
81	5.4	Совершенствование в прыжках. Игра «Зайцы в огороде».	1	
82	5.5	Совершенствование в прыжках. Игра «Лисы и куры».	1	
83	5.6	Совершенствование в метании на дальность «Метко в цель».	1	
84	5.7	Совершенствование в метании на дальность. Игра «Точный расчет».	1	
85	6.1	Инструктаж по ТБ. Совершенствование ловли мяча. Игра «Школа мяча».	1	
86	6.2	Совершенствование передачи мяча. Игра «Мяч водящему».	1	
87	6.3	Совершенствование броска мяча. Игра «Мяч в корзину».	1	
88	6.4	Совершенствование ведения мяча. Игра «Играй, играй мяч»	1	



