**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Тема** | **Основное содержание** | **Виды деятельности** |
| **Раздел программы основы знаний – 1 час** |
| **1****04.09** | Сообщение теоретических сведений.  | Правила поведения на уроках легкой атлетики, оборудование и инвентарь. Формирование гигиенических понятий и навыков. Виды основных движений человека. Строевые упражнения, ОРУ, коррекционная игра на развитие способности ориентирования в пространстве. Предварительный контроль физической подготовленности. | **Беседа.****Подводящие упражнения.** Построение в одну шеренгу около объемных фигур разного цвета. **Разучивание.** Построение в одну шеренгу по разметке. Комплекс ОРУ без предметов. Коррекционная игра «Найди свое место в шеренге». **Тестирование.** |
| **Раздел программы легкая атлетика -10 часов** |
| **2****11.09** | Бег в среднем темпе с переходом на ходьбу | Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Опосредованное закаливание. Коррекционная игра для развития способности ориентирования в пространстве. | **Подводящие упражнения.** Ходьба но носках, на пятках. Чередование бега и ходьбы по сигналу.**Разучивание.** Чередование бега и ходьбы по разметке.**Повторение.** Комплекс ОРУ в движении. Коррекционная игра «Веселые ракеты».  |
| **3****18.09** | Бег в среднем темпе с переходом на ходьбу | Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Опосредованное закаливание. Коррекционная игра для развития способности ориентирования в пространстве. | **Подводящие упражнения.** Ходьба с различным положением рук: на пояс, к плечам.**Разучивание.** Бег и ходьба с преодолением препятствий**Повторение.**Чередование бега и ходьбы по разметке. Ходьба но носках, на пятках. Комплекс ОРУ в движении. Коррекционная игра «Веселые ракеты».  |
| **4****25.09** | Прыжки на двух ногах | Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие скоростно-силовых способностей ног, координационных способностей. Коррекционная игра для развития тактильно-кинестетической способности рук | **Подводящие упражнения.** Прыжки на двух ногах на месте и через веревочки с продвижением вперед. Ходьба приставным шагом правое, левое плечо вперед.**Разучивание.** Прыжки вверх из глубокого приседа.**Повторение.** Бег с подлезанием под дугами. Комплекс ОРУ в кругу. Коррекционная игра «Уголек». |
| **5****02.10** | Прыжки на двух ногах | Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие скоростно-силовых способностей ног, Координационных способностей. Коррекционная игра для развития тактильно-кинестетической способности рук | **Подводящие упражнения.** Прыжки на двух ногах на месте вперед, назад, в право, в лево.**Разучивание.** Прыжки вверх из глубокого приседа на мягкое покрытие h- 20 см.**Повторение.** Прыжки вверх из глубокого приседа.Ходьба приставным шагом правое, левое плечо вперед. Комплекс ОРУ в кругу. Коррекционная игра «Уголек» |
| **6****09.10** | Подпрыгивание вверх  |  Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие скоростно-силовых способностей ног, координационных способностей. Коррекционная игра для формирования способности вести совместные действия с партнером, развитие точности движений. | **Подводящие упражнения.** Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. **Разучивание.** Подпрыгивание вверх толчком двумя на месте с захватом или касанием висящего предмета**Повторение.** Комплекс ОРУ с флажками. Коррекционная игра «Невод». Ходьба приставным шагом с приседанием. |
| **7****16.10** | Подпрыгивание вверх  | Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие скоростно-силовых способностей ног, координационных способностей. Коррекционная игра для формирования способности вести совместные действия с партнером, развитие точности движений. | **Подводящие упражнения.** Прыжки с ноги на ногу на заданное расстояние. Ходьба сочетании с движениями рук.**Разучивание.** Подпрыгивание вверх с разбега с касанием висящего предмета.**Повторение.** Подпрыгивание вверх толчком двумя наместе с касанием висящего предмета. Комплекс ОРУ с флажками. Коррекционная игра «Невод» |
| **8****23.10** | Метание с места в горизонтальную цель  | Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие скоростно-силовых способностей рук и координационных способностей. Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти | **Подводящие упражнения.** Обучение захвату, движению рук и туловища. Метание набивного мешочка снизу ведущей рукой.**Разучивание.** Обучение захвату, движению рук и туловища. Метание малого мяча снизу ведущей рукой.**Повторение.** Ходьба в полуприседе. Комплекс ОРУ с веревочками. Коррекционная игра «Повтори движение». Бег с захлестом голени. |
| **9****06.11** | Метание с места в горизонтальную цель | Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие скоростно-силовых способностей рук и координационных способностей. Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти | **Подводящие упражнения.** Метание набивного мешочка снизу правой и левой рукой в горизонтальную цель. **Разучивание.** Метание малого мяча снизу правой и левой рукой в горизонтальную цель. Ходьба с движениями рук: в стороны, назад, вперед, вверх.**Повторение.** Обучение захвату, движению рук и туловища. Метание малого мяча снизу ведущей рукой. Комплекс ОРУ с веревочками. Коррекционная игра «Повтори движение» Бег. |
| **10****13.11** | Метание с места в горизонтальную цель | Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие скоростно-силовых способностей рук и координационных способностей. Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти | **Подводящие упражнения.****Разучивание.** Метание малого мяча снизу правой и левой рукой в горизонтальную цель с увеличением расстояния до цели. Комплекс ОРУ в парах. Коррекционная игра «Овощи-Фрукты»**Повторение.** Метание малого мяча снизу правой и левой рукой в горизонтальную цель. Ходьба с движениями рук: в стороны, назад, вперед, вверх. |
| **11****20.11** | Метание с места в вертикальную цель | Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие скоростно-силовых способностей рук и координационных способностей. Коррекционная игра для развития мелкой моторики рук | **Подводящие упражнения.** Метание набивного мешочка сверху ведущей рукой **Разучивание.** Комплекс ОРУ с кубиками. Ходьба и бег змейкой Коррекционная игра «Пальцевая гимнастика». **Повторение.** Метание малого мяча сверху ведущей рукой в вертикальную цель. |
| **Раздел программы основы знаний – 1 час** |
| **12****27.11** | Сообщение теоретических сведений. | Основы знаний: Чистота зала, снарядов. Техника безопасности на уроках гимнастики. Гигиенические требования к одежде и обуви гимнаста. Коррекционная игра для развития мелкой моторики рук | **Беседа.****Разучивание.** Комплекс ОРУ со скакалками. Коррекционная игра «Веселая гимнастика».**Повторение.** Ходьба и бег по ориентирам, змейкой. Метание набивного мяча из и.п. стоя. |
| **Раздел программы гимнастика – 10 часов** |
| **13****04.12** | Коррекция нарушений здоровья | Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Лечебно-оздоровительные упражнения для коррекции заболеваний и нарушений здоровья. Коррекционная игра для развития мелкой моторики рук | **Разучивание.** Коррекционные упражнения для формирования правильной осанки и свода стопы**Повторение.** Комплекс ОРУ со скакалками. Коррекционная игра «Пальцевая гимнастика». |
| **14****11.12** | Коррекция нарушений здоровья  | Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Лечебно-оздоровительные упражнения для коррекции заболеваний и нарушений здоровья. Коррекционная игра для развития мелкой моторики рук | **Разучивание.** Коррекционные упражнения для формирования правильной осанки и свода стопы**Повторение.** Комплекс ОРУ со скакалками. Коррекционная игра «Пальцевая гимнастика». Коррекционные упражнения для формирования правильной осанки |
| **15****18.12** | Коррекция нарушений здоровья | Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Лечебно-оздоровительные упражнения для коррекции заболеваний и нарушений здоровья. Коррекционная игра для активизации речевой деятельности | **Разучивание.** Комплекс ОРУ с обручами. Коррекционная игра «Совушка-сова».**Повторение.** Коррекционные упражнения для формирования правильной осанки и свода стопы |
| **16****25.12** | Ползание по гимнастический скамейке  | Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие координационных способностей. Коррекционная игра для активизации речевой деятельности | **Подводящие упражнения.** Ползание на четвереньках на заданное расстояние**Разучивание.** Ползание по гимнастический скамейке на четвереньках.**Повторение.** Комплекс ОРУ с обручами. Коррекционная игра «Совушка-сова». |
| **17****15.01** | Ползание по гимнастический скамейке | Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие координационных и силовых способностей. Коррекционная игра для активизации речевой деятельности | **Подводящие упражнения.** Ползание по гимнастический скамейке на животе подтягиваясь двумя руками с помощью.**Разучивание.** Ползание по гимнастический скамейке на животе подтягиваясь двумя руками самостоятельно.**Повторение.** Ползание по гимнастический скамейке на четвереньках. Комплекс ОРУ с обручами. Коррекционная игра «Совушка-сова».  |
| **18****22.01** | Ползание по гимнастический скамейке | Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие координационных и силовых способностей. Коррекционная игра для активизации речевой деятельности  | **Подводящие упражнения.** Ползание по гимнастический скамейке на животе подтягиваясь поочередно правой, левой рукой с помощью.**Разучивание.** Ползание по гимнастический скамейке на животе подтягиваясь поочередно правой, левой рукой самостоятельно.Комплекс ОРУ под музыкальное сопровождение. Коррекционная игра «Два мороза»**Повторение.** Ползание по гимнастический скамейке на животе подтягиваясь двумя руками |
| **19****29.01** | Упражнения в равновесии | Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие координационных и силовых способностей. Коррекционная игра для развития способности ориентирования в пространстве. | **Подводящие упражнения.** Ходьба по веревке, руки в стороны.**Разучивание.** Ходьба по веревке с мешочком на голове, руки в стороны.**Повторение.** Ползание по наклонной гимнастический скамейке на животе подтягиваясь поочередно правой и левой руками. Комплекс ОРУ на стульчиках. Коррекционная игра «Пустое место» |
| **20****05.02** | Упражнения в равновесии | Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие динамического равновесия. Коррекционная игра для развития способности ориентирования в пространстве. | **Подводящие упражнения.** Ходьба по веревке выложенной змейкой руки в стороны.**Разучивание.** Ходьба по веревке выложенной змейкой перешагивая мелкие предметы, руки в стороны.**Повторение.**Комплекс ОРУ на стульчиках. Коррекционная игра «Пустое место»**.** Ходьба по веревке с мешочком на голове, руки в стороны. |
| **21****12.02** | Упражнения в равновесии | Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие динамического равновесия. Коррекционная игра для развития способности ориентирования в пространстве. | **Подводящие упражнения.** Ходьба по гимнастической скамейке.**Разучивание.** Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом.Комплекс ОРУ с гимнастической скамейкой. Коррекционная игра «Стрелки»**Повторение.** Ходьба по веревке выложенной змейкой перешагивая мелкие предметы, руки в стороны. |
| **22****19.02** | Упражнения в равновесии | Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Развитие динамического равновесия. Коррекционная игра для развития способности ориентирования в пространстве. | **Подводящие упражнения.** Ходьба по гимнастической скамейке перешагивая предметы.**Разучивание.** Ходьба по гимнастической скамейке с высоким подниманием бедра.**Повторение.** Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом.Комплекс ОРУ с гимнастической скамейкой. Коррекционная игра «Стрелки» |
| **Раздел программы основы знаний – 1 час** |
| **23****26.02** | Сообщение теоретических сведений. | Основы знаний: Техника безопасности при занятиях подвижными играми. Оборудование и инвентарь. Виды подвижных игр. Взаимодействие игроков во время игры. Упражнения на релаксацию, дыхательные упражнения в игровой форме. |  **Беседа.****Разучивание.** Сюжетные ОРУ. Игра «Ловишки». Игровое упражнение «Задуй свечу».**Повторение.** Лечебно-оздоровительные упражнения для профилактики нарушений зрения. |
| **Раздел программы подвижные игры – 10 часов** |
| **24****04.03** | Подвижные игры с бегом | Развитие быстроты. Коррекционная игра для формирования способности вести совместные действия с партнером, развитие точности движений. | **Разучивание.** Коррекционная игра «Паровозик»**Повторение.** Сюжетные ОРУ. Игра «Ловишки» |
| **25****11.03** | Подвижные игры с бегом | Развитие быстроты. Коррекционная игра для формирования способности вести совместные действия с партнером, развитие точности движений |  **Разучивание.** **Повторение.** Сюжетные ОРУ. Игра «Ловишки» Коррекционная игра «Паровозик» |
| **26****18.03** | Подвижные игры с прыжками | Развитие скоростно-силовых способностей ног. Коррекционная игра для формирования способностивести совместные действия с партнером, развитие точности движений | **Разучивание.** Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Волк во рву»**Повторение.**Коррекционная игра «Паровозик» |
| **27****01.04** | Подвижные игры с прыжками | Развитие скоростно-силовых способностей ног. Коррекционная игра для формирования способностивести совместные действия с партнером, развитие точности движений | **Разучивание.** Коррекционная игра «Перебежки в парах»**Повторение.** Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Волк во рву» |
| **28****08.04** | «Школа мяча» | Развитие координационных способностей. Развитие скоростно-силовых способностей ног. Коррекционная игра для формирования способности вести совместныедействия с партнером, развитие точности движений | **Подводящие упражнения.** Броски мяча об пол.**Разучивание.** Броски мяча об пол и ловля двумя руками, подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками.**Повторение.**Комплекс ОРУ с большими мячами Игра «Волк во рву». Коррекционная игра «Перебежки в парах» |
| **29****15.04** | «Школа мяча» | Развитие скоростных и координационных способностей: дифференцирование пространственных и силовых параметров движения. Коррекционная игра для формирования способности вести совместные действия с партнером, развитие точности движений | **Подводящие упражнения.** Подбрасывание мяча вверх.**Разучивание.** Сюжетные ОРУ. Игра «Охотники и зайцы».**Повторение.** Броски мяча об пол и ловля двумя руками, подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками. Коррекционная игра «Перебежки в парах».  |
| **30****22.04** | «Школа мяча» | Развитие скоростных и координационных способностей: дифференцирование пространственных и силовых параметров движения. Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти. | **Разучивание.** Подбрасывание мяча вверх с хлопком. Коррекционная игра «Части тела»**Повторение.** Сюжетные ОРУ. Игра «Охотники и зайцы». |
| **31****29.04** | «Школа мяча» | Развитие скоростных и координационных способностей: дифференцирование пространственных и силовых параметров движения. Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти. | **Подводящие упражнения.** Броски мяча снизу двумя руками о стену.**Разучивание.** Перебрасывание мяча снизу в парах.**Повторение.** Подбрасывание мяча вверх с хлопком. Сюжетные ОРУ. Игра «Охотники и зайцы». Коррекционная игра «Части тела». |
| **32****06.05** | «Школа мяча» | Развитие скоростных и координационных способностей: дифференцирование пространственных и силовых параметров движения. Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти. |  **Подводящие упражнения.** Броски мяча от груди двумя руками о стену.**Разучивание.** Броски мяча от груди двумя руками в парах. Комплекс ОРУ со средними мячами. Игра «Перестрелка» **Повторение.** Коррекционная игра «Части тела» Перебрасывание мяча снизу в парах. |
| **33****13.05** | «Школа мяча» | Развитие скоростных и координационных способностей: дифференцирование пространственных и силовых параметров движения. Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятия,внимания, памяти. |  **Подводящие упражнения.** Броски мяча от головы двумя руками о стену.**Разучивание.** Броски мяча от головы двумя руками с отскока от пола в парах.Коррекционная игра «Что пропало?»**Повторение.** Комплекс ОРУ со средними мячами. Броски мяча от груди двумя руками в парах. Игра «Перестрелка» |
| **34****20.05** | Корригирующие упражнения | Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Коррекция двигательных нарушений. Развитие ритмической способности. Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти. | **Разучивание.** Дыхательные упражнения. Комплекс ОРУ под музыкальное сопровождение. **Повторение.** Корригирующие упражнения для расслабления мышц. Коррекционная игра «Лови-не лови» |
| **35****27.05** | Корригирующие упражнения | Строевые упражнения, ОРУ, ходьба и бег. Коррекция двигательных нарушений. Развитие ритмической способности. Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти. | **Разучивание.** Дыхательные упражнения. Комплекс ОРУ под музыкальное сопровождение. **Повторение.** Корригирующие упражнения для расслабления мышц. Коррекционная игра «Лови-не лови» |