

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**Комитет образования, науки и молодежной политики Волгоградской
области**

Администрация Серафимовичского муниципального района

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 27BC3D88A287E7FA6F654550B059083A
Владелец: СТЕРЛЯДНИКОВ МИХАИЛ ВЛАДИМИРОВИЧ
Действителен: с 27.04.2026 до 21.07.2027

МКОУ Большовская СШ

РАССМОТРЕНА

Руководитель МО
учителей естественно –
математического цикла

СОГЛАСОВАНА

педагогическим
советом

УТВЕРЖДЕНА

Директор школы

Фролова М.А.

Протокол №1 от «17» 08
2026 г.

Протокол №1 от «17» 08
2026 г.

Стерлядников М.В.
Приказ № 77 от «20» 08
2026 г.

АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
основного общего образования для обучающихся с интеллектуальными
нарушениями (вариант 1) 6 класса
По учебному предмету
«Адаптивная физическая культура»

Хутор Большой, 2026 год

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее ФАООП УО, вариант (1), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. №1026

(<http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202212300059>) и адресована обучающимся с нарушением интеллекта с учетом реализации особых образовательных потребностей.

Учебный предмет «Адаптивная физическая культура» относится к предметной области «Физическая культура» и является обязательной частью учебного плана. В соответствии с учебным планом рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 6 классе рассчитана на 34 учебные недели и составляет 68 часов в год (2 часа в неделю).

Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа определяет цель и задачи учебного предмета «Адаптивная физическая культура».

Цель обучения – всестороннее развитие личности обучающихся с нарушением интеллекта в процессе приобщения их к физической культуре; коррекция недостатков психофизического развития; развитие индивидуальных двигательных возможностей; создание условий для социальной адаптации.

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 6 классе определяет следующие задачи:

- формирование потребности в систематических занятиях физической культурой, доступными видами спорта;
- формирование основных двигательных качеств: быстрота, сила, ловкость и др.;
- развитие у обучающихся умения следить за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, адекватно их дозировать;
- формирование умения ходить и бегать в различном темпе, во время бега и ходьбы не задерживать дыхание; выполнять ускорения на отрезках от 40-до 60 м;
- формирование умений выполнять прыжок в длину способом «согнув ноги и полногорового разбега»;
- формирование навыков метания мяча (на дальность, в цель);
- совершенствование техники выполнения строевых команд и перестроений;
- совершенствование умений сохранять равновесие во время выполнения заданий на гимнастической скамейке и гимнастической стенке;
- совершенствование умений выполнять самостоятельно комплекс общеразвивающих упражнений;

- совершенствование умений перелезать через препятствие и подлезать под препятствие различными способами (в зависимости от высоты препятствия);
- совершенствования умений передвигаться на лыжах;
- формирование мотивации к здоровому образу жизни;
- совершенствование техники и приемов в спортивных играх;
- коррекция недостатков познавательной сферы и психомоторного развития;
- развитие и совершенствование волевой сферы;
- воспитание нравственных качеств и свойств личности.

II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

Содержание учебного предмета «Адаптивная физическая культура» отражено в следующих разделах: «Гимнастика», «Легкая атлетика»,

«Лыжная подготовка», «Спортивные игры». В каждом из разделов выделено два взаимосвязанных подраздела: «Теоретические сведения» и «Практический материал».

В разделе «Гимнастика» кроме построений и перестроений широко используются физические упражнения с предметами и без предметов, содержание которых по сравнению с предыдущими годами обучения в основном остается без изменений, но при этом возрастает их сложность и увеличивается дозировка.

В раздел «Легкая атлетика» включены традиционные виды: ходьба, бег, прыжки, метание, которые способствуют развитию физических качеств обучающихся (силы, ловкости, быстроты).

Освоение раздела «Лыжная подготовка» направлено на дальнейшее совершенствование навыков владения лыжами, которые способствуют коррекции психомоторной сферы школьников на нарушении интеллекта. В тех регионах, где климатические условия не позволяют систематически заниматься лыжной или конькобежной подготовками, следует заменить их занятиями гимнастикой, легкой атлетикой, подвижными играми. Но в этом случае следует проводить уроки физкультуры не только в условиях спортивного зала, но и на свежем воздухе.

Особое место в системе уроков по физической культуре занимают разделы «Подвижные игры» и «Спортивные игры», которые не только способствуют укреплению здоровья обучающихся и развитию у них необходимых физических качеств, но и формируют навыки коллективного взаимодействия. В 6 классе обучающиеся продолжают знакомиться с доступными видами спортивных игр: волейболом, баскетболом, настольным теннисом, хоккеем на полу (последнее может использоваться как дополнительный материал), изучают их правила, участвуют в учебных играх, организованных учителем на уроках.

Обучение учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 6 классе направлено на всестороннее развитие подростка, развитие его потенциальных возможностей. В процессе проведения уроков адаптивной физической культуры применяются общепедагогические и специальные

методы и технологии физического воспитания (метод упражнений, игровой метод, соревновательный метод и др.).

Таблица 1. Основное содержание учебного предмета «Адаптивная физическая культура» в 6 классе.

№п/п	Название раздела, темы	Количество часов
1	Теоретические сведения о физической культуре	В процессе обучения (в течение учебного года)
2	Гимнастика	14
3	Легкая атлетика	20
4	Лыжная подготовка	16
5	Спортивные игры	18
	Итого	68

III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты

- осознает себя гражданином России; демонстрирует чувство гордости за свою Родину;
- владеет навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- демонстрирует навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в соревновательной и игровой деятельности.
- владеет знаниями правил безопасного, здорового образа жизни и отдельными навыками их выполнения;
- проявляет интерес к физической культуре и спорту, демонстрирует потребность в систематических занятиях физической культурой и доступными видами спорта;
- имеет адекватные представления о собственных возможностях;
- владеет социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;
- на доступном уровне способен к осмыслению социального окружения, своего места в нем;
- принимает и осваивает социальную роль обучающегося, демонстрирует (на доступном уровне) социально значимые мотивы учебной деятельности.
- проявляет уважительное отношение к спортивным результатам других людей, сверстников;
- сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к физической культуре, работе на результат;
- проявляет чувства доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, сопереживания к чувствам других людей;

– проявляет чувство гордости за успехи достигнутые в соревнованиях различного уровня, как собственные так и своих товарищей.

Уровни достижения

предметных результатов по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» на конец 6 класса

Предметные результаты

минимальный уровень

- имеет элементарные представления о физической культуре как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- выполняет комплексы утренней гимнастики (под руководством учителя);
- знает основные правила поведения на уроках физической культуры и осознанно их применяет;
- имеет представления о двигательных действиях; знает строевые команды и выполняет строевые действия по словесной инструкции;
- умеет вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- ходит вразличном темпе с различными исходными положениями;
- имеет представления о видах двигательной активности, направленных на развитие основных физических качеств в процессе участия в спортивных играх и эстафетах;
- взаимодействует со сверстниками в организации и проведении спортивных игр, соревнований;
- имеет представления о бережном обращении с инвентарём и оборудованием;
- соблюдает требования техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

достаточный уровень

- осваивает на доступном уровне элементы гимнастики, легкой атлетики, лыжной подготовки, спортивных игр и других видов физической культуры;
- самостоятельно выполняет комплекс упражнений утренней гимнастики;
- выполняет комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; участвует в оздоровительных занятиях, включенных в режим дня;
- умеет подавать строевые команды, вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- участвует со сверстниками в спортивных играх и эстафетах;
- умеет оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам в процессе участия в спортивных играх и соревнованиях; осуществляет их объективное судейство;
- знает отдельные спортивные традиции своего народа и других народов;

- знает некоторые факты из истории развития физической культуры, понимает её роль и значение в жизнедеятельности человека;
- знает способы использования различного спортивного инвентаря в основных видах двигательной активности;
- знает правила техники выполнения двигательных действий;
- знает физические упражнения различной целевой направленности, выполняет их с заданной дозировкой нагрузки;
- соблюдает требования техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

Результаты формирования базовых учебных действий:

Личностные учебные действия:

На основе представлений и элементарных знаний (на доступном уровне):

- испытывает чувство гордости за свою страну;
- бережно относится к культурно-историческому наследию родного края и страны;
- активно включается в общепользую социальную деятельность.

Коммуникативные учебные действия:

В ситуации взаимодействия, организованной учителем:

- вступает и поддерживает коммуникацию в различных ситуациях социального взаимодействия (учебных, трудовых, бытовых и др.);
- слушает собеседника, вступает в диалог и поддерживает его;
- использует доступные источники и средства получения информации для решения коммуникативных и познавательных задач.

Регулятивные учебные действия:

Присовместной, организованной учителем деятельности:

- принимает и сохраняет цели и задачи учебных и практических заданий и упражнений, находит адекватный способ их решения;
- обладает готовностью к осуществлению взаимного контроля в совместной деятельности и самоконтроля собственной деятельности;
- адекватно реагирует на внешний контроль и оценку, корректирует в соответствии с ней свою деятельность.

Познавательные учебные действия:

На уроке учебной деятельности, организованной учителем и под его контролем:

- дифференцированно воспринимает окружающий мир, его временно-пространственную организацию;
- использует усвоенные логические операции (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию, установление аналогий, закономерностей, причинно-следственных связей) на наглядном, доступном вербальном материале, в практической деятельности (в соответствии с индивидуальными возможностями);
- использует в жизни и деятельности некоторые межпредметные знания, отражающие несложные, доступные существенные связи и отношения между объектами, явлениями и процессами.

IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

	Тема учебного занятия	Кол-во часов	Программное содержание	Дифференциация видов деятельности	
				Минимальный уровень	Достаточный уровень
Легкая атлетика					
	Инструктаж по технике безопасности на уроках легкой атлетики. Ходьба в различном темпе	1	Беседа о правилах соблюдения техники безопасности на занятиях легкой атлетикой. Ходьба в различном темпе, выполнение упражнений в ходьбе. Преодоление полосы препятствий. Метание мяча в цель.	Слушают инструктаж о правилах поведения на уроках легкой атлетики. Выполняют ходьбу с заданиями (по инструкции учителя). Выполняют бег с преодолением препятствий (высота 10-30 см). Выполняют метание мяча в вертикальную цель.	Слушают инструктаж о правилах поведения на уроках легкой атлетики, отвечают на вопросы учителя. Выполняют ходьбу с заданиями. Выполняют бег с преодолением препятствий (высота 30-40 см). Выполняют метание мяча в вертикальную цель.
	Продолжительная ходьба (10-	1	Беседа на тему «Значение ходьбы для	Смотрят слайды мультимедийной учебной презентации «Значение	Смотрят слайды мультимедийной учебной

	15мин)вразличном темпе.		укрепления здоровьячеловека». Определениеоптимального двигательногорежимадля своеговозраста. Выполнениеходьбыв различномтемпе(сохраня я правильноеположени етела в движении).	ние ходьбыдляукрепленияздоровья человека»,отвечаютнавопросы учителя. Выполняютпродолжительную ходьбу(10 мин). Выполняютметаниемячав вертикальнуюцель. Выполняютпрыжкичерез	ной презентации«Значение ходьбыдля укрепления здоровьячеловека», отвечаютнавопросы учителя,рассказывают о значенииходьбы. Выполняют продолжительнуюходьбу
			Метание мяча в цель. Выполнениепрыжков через скакалку.	скакалкунаместе.	(15мин)вразличном темпе. Выполняютметаниемяча в вертикальнуюцель. Выполняютпрыжкичерез скакалку на месте.

3	Бег в равномерном темпе (до 5 мин)	1	Выполнение ходьбы с заданиями. Выполнение бега легкой и свободной, не задерживая дыхания. Выполнение прыжков в высоту с разбега способом «перешагивание».	Выполняют ходьбу (в процессе которой, выполняют различные упражнения по инструкции учителя). Выполняют бег переменной скоростью (до 4 мин). Выполняют прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание».	Выполняют ходьбу (в процессе которой, выполняют различные упражнения по инструкции учителя). Выполняют бег переменной скоростью (до 5 мин). Выполняют прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание».
4	Запрыгивание на препятствие высотой до 40 - 50 см	1	Выполнение бега на отрезке с ускорением 30 м. Выполнение запрыгивания на препятствие. Выполнение метания мяча на дальность (из-за головы через плечо).	Выполняют бег на отрезке с ускорением 30 м. Запрыгивают и спрыгивают с препятствия до 50 см (с помощью учителя). Выполняют метание мяча на дальность (из-за головы через плечо с места).	Выполняют бег на отрезке с ускорением 30 м. Запрыгивают на препятствие высотой 50 см, спрыгивают с него. Выполняют метание мяча на дальность (из-за головы через плечо) с 4-6 шагов разбега.
5	Бег на отрезках до 30 м. Беговые упражнения	1	Освоение названий беговых упражнений и последовательности их	Осваивают беговые упражнения, бегут с ускорением на отрезках до 30 м (1 раз).	Выполняют беговые упражнения, бегут с ускорением на отрезках до

			выполнения. Выполнение беговых упражнения, быстрого бега на отрезках. Метание мяча на дальность.	Выполняют метание мяча на дальность (с места).	30м(2-3 раза). Выполняют метание мяча на дальность.
6	Метание набивного мяча (вес до 1 кг) двумя руками снизу, из-за головы, через голову.	1	Выполнение беговых упражнений. Выполнение бега 60м ускорением и на время. Выполнение броска набивного мяча, согласовывая движения рук и туловища.	Выполняют беговые упражнения (по инструкции и показу учителя). Бегут 60м ускорением на время. Бросают набивной мяч из различных исходных положений (весом 1 кг).	Выполняют беговые упражнения (по инструкции учителя). Бегут 60м ускорением на время. Бросают набивной мяч из различных исходных положений (весом 1 кг).
7	Бег на короткую дистанцию 60м (с низкого старта)	1	Выполнение беговых упражнений. Освоение понятия «низкий старт». Демонстрирование техники стартового разгона, переходящего в бег на дистанции. Выполнение броска набивного мяча, согласовывая движения рук и туловища.	Выполняют беговые упражнения (по инструкции и показу учителя). Начинают бег с низкого старта на 60 м. Бросают набивной мяч из различных исходных положений (весом 1 кг).	Выполняют беговые упражнения (по инструкции учителя). Начинают бег с низкого старта на 60 м. Бросают набивной мяч из различных исходных положений (весом 1 кг).
8	Бег на среднюю дистанцию (300м).	1	Выполнение беговых упражнений. Выполнение бега на	Выполняют беговые упражнения (по инструкции и показу учителя).	Выполняют беговые упражнения (по инструкции учителя).

			среднюю дистанцию, правильно распределяя свои силы. Метание мяча на дальность.	Выполняют кроссовый бег до 300 м (допускается смешанное передвижение). Метают мяч на дальность.	Выполняют кроссовый бег до 150 м (девочки), на дистанцию 300 м (мальчики). Метают мяч на дальность.
Спортивные игры					
9	Инструктаж по технике безопасности при участии в спортивных играх. Баскетбол. Правила игры в баскетбол, права и обязанности игроков, правила судейства, предупреждение травматизма	1	Беседа по технике безопасности, санитарно-гигиенические требования к занятиям баскетболом, права и обязанности игроков на площадке, предупреждение травматизма. Освоение простейших правил игры, знакомство с правилами судейства, наказаниями при нарушениях правил игры. Подвижная игра (броски и передача мяча).	Принимают участие в беседе, отвечают на вопросы учителя с опорой на визуальный план. Знакомятся с правилами игры в баскетбол. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).	Принимают участие в беседе, рассказывают о правилах безопасности при участии в спортивных играх. Осваивают правила игры в баскетбол. Участвуют в подвижной игре (по инструкции учителя).

10	Стойка баскетболиста. Передача мяча двумя руками от груди (в парах с продвижением вперед)	1	Совершенствование стойки баскетболиста. Выполнение ведения мяча в движении. Выполнение передач мяча двумя руками от груди (с шагом навстречу друг другу).	Выполняют стойку баскетболиста (после показа и инструкции учителя). Выполняют ведение мяча в движении (ориентируясь на образец выполнения обучающимися 2 группы). Выполняют остановки по сигналу	Выполняют стойку баскетболиста. Выполняют ведение мяча в движении. Выполняют остановки по сигналу учителя, выполняют повороты на месте с мячом в руках,
----	--	---	--	---	--

			Совершенствуют ловлю мяча двумя руками (с последующим ведением остановкой). Выполнение ведения мяча на месте и в движении.	учителя, выполняют повороты на месте с мячом в руках, передают и ловят мяч двумя руками от груди в парах на месте (по показу учителя). Ведут мяч одной рукой на месте и в движении шагом (по инструкции учителя), ориентируясь на образец выполнения обучающимися более сильной группы.	передают и ловят мяч двумя руками от груди в парах (по показу учителя). Ведут мяч одной рукой на месте и в движении шагом (по инструкции учителя).
--	--	--	---	---	---

11	Ведение мяча с обводкой препятствий	1	Совершенствование техники ведения мяча. Выполнение передвижений без мяча, остановку шагом. Выполнение ведения мяча с обводкой условных противников. Выполнение передачи мяча двумя руками от груди в парах с продвижением вперед.	Выполняют технику ведения мяча после неоднократного показа учителя ориентируясь образец выполнения обучающимися более сильной группы. Выполняют передвижение без мяча, остановку шагом. Выполняют ведение мяча с обводкой условных противников. Выполняют передачу мяча двумя руками от груди в парах с продвижением вперед.	Выполняют технику ведения мяча после показа учителя. Выполняют передвижение без мяча, остановку шагом. Выполняют ведение мяча с обводкой условных противников Выполняют передачу мяча двумя руками от груди в парах с продвижением вперед.
12	Бросок мяча по корзине снизу двумя руками и от груди с места.	1	Совершенствование техники броска мяча по корзине различными способами. Выполнение бросков по корзине двумя руками	Выполняют технику броска мяча по корзине двумя руками снизу от груди с места. Выполняют передачу мяча с продвижением вперед двумя руками и бросают мяч в корзину	Выполняют технику броска мяча по корзине двумя руками снизу от груди с места. Выполняют передачу мяча двумя и одной рукой в

			снизу и от груди с места, демонстрацию элементов техники игры в баскетбол. Выполнение передачи мяча двумя и одной рукой в парах, тройках (в движении).	двумя руками снизу от груди с места (по инструкции учителя), ориентируясь на образец выполнения обучающимися более сильной группы.	парах, тройках, с продвижением вперед и бросают мяч в корзину двумя руками снизу от груди с места (по инструкции учителя).
--	--	--	---	--	--

13	Основные элементы техники перемещения по баскетбольной площадке Учебная игра (по упрощенным правилам).	1	Выполнение упражнений с набивными мячами: броски мяча с близкого расстояния, с разных позиций и расстояния. Ведение мяча с передачей, с последующим броском в кольцо. Учебная игра (по упрощенным правилам).	Выполняют упражнения с набивными мячами. Ведут, бросают, подбирают мяч в процессе учебной игры (при необходимости с помощью учителя).	Выполняют упражнения с набивными мячами. Ведут, бросают, подбирают мяч в процессе учебной игры.
14	Волейбол. Правила игры, судейство, наказания за нарушение правил игры	1	Беседа по технике безопасности занятий с спортивными играми. Беседа об основных средствах и правилах закаливания организма. Освоение простейших правил игры в волейбол, знакомство с правилами судейства, наказания при нарушении правил игры. Выполнение упражнений	Принимают участие в беседе, отвечают на вопросы учителя. Осваивают простейшие правила игры в волейбол, запоминают названия наказаний при нарушении игры. Выполняют упражнения на развитие мышц кистей и пальцев (по показу и инструкции учителя).	Принимают участие в беседе, отвечают на вопросы учителя. Рассказывают о пользе закаливания. Осваивают простейшие правила игры в волейбол, запоминают названия наказаний при нарушении игры. Выполняют упражнения на развитие мышц кистей

			на развитие мышц кистей рук и пальцев.		руки пальцев.
--	--	--	--	--	---------------

15	Стойка волейболиста. Перемещения на площадке, передача мяча	1	Совершенствование основной стойки волейболиста. Передача мяча сверху и снизу. Выполнение упражнений на развитие мышечкистей рук и пальцев. Перемещение игроков на площадке. Выполнение приема и передачи мяча двумя руками у стены и в парах.	Выполняют основную стойку волейболиста (после неоднократного показа учителя), ориентируясь на выполнение стойки обучающимися из более сильной группы. Выполняют упражнения на развитие мышечкистей руки пальцев (по показу и инструкции учителя). Выполняют перемещения на площадке (с помощью учителя). Выполняют прием и передачу мяча двумя руками у стены и в парах (при необходимости с помощью учителя).	Выполняют основную стойку волейболиста (после показа учителя). Выполняют упражнения на развитие мышечкистей рук и пальцев. Тренируют передачу мяча сверху и снизу. Выполняют прием и передачу мяча двумя руками у стены и в парах.
16	Нижняя прямая подача в волейболе	1	Способы подачи мяча в волейболе. Совершенствование техники нижней прямой подачи. Совершенствование стойки во время выполнения нижней прямой подачи.	Смотрят показ техники правильного выполнения нижней прямой подачи и слушают объяснение учителя. Выполняют стойку во время нижней прямой подачи (по инструкции и показу учителя). Выполняют нижнюю прямую подачу (по инструкции учителя) и ориентируясь на образец выполнения обучающимися из более сильной группы.	Смотрят показ техники правильного выполнения нижней прямой подачи и слушают объяснение учителя. Выполняют технику нижней прямой подачи (по инструкции учителя). Выполняют стойку во время нижней прямой подачи.

17-18	Прыжки в волейболе. Учебная игра в волейбол	2	Прыжки с места. Прыжки с разбега в высоту и длину (2-3 серии прыжков). Сочетание работы рук, ног в прыжках у сетки. Переход игроков на площадку при игре в волейбол. Выполнение игровых действий.	Выполняют прыжки (с помощью учителя) Выполняют переход по площадке (под контролем и по инструкции учителя). Принимают участие в учебной игре.	Выполняют прыжки на площадке и у сетки. Выполняют переход по площадке. Принимают участие в учебной игре.
Гимнастика					
19	Перестроение из колонны по одному в колонну по два (на месте).	1	Выполнение строевых действий согласно расчёту и команде. Освоение перестроения из колонны по одному в колонну по два (на месте). Тренировочные упражнения: сочетание ходьбы и бега в колонне. Выполнение упражнений со скакалкой. Выполнение прыжков через скакалку на месте в равномерном темпе.	Выполняют строевые действия под счёт. Сочетают ходьбу и бег в колонне. Выполняют упражнения со скакалкой (по инструкции и показу учителя). Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе (на двух ногах произвольным способом).	Выполняют строевые действия. Сочетают ходьбу и бег в колонне. Выполняют упражнения со скакалкой (по инструкции учителя). Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе.
20	Повороты направо, налево, кругом (переступанием).	1	Выполнение перестроений на месте. Прыжки через скакалку на	Выполняют строевые действия под счёт. Выполняют перестроение из	Выполняют строевые действия. Выполняют перестроение

	Упражнения на равновесие		одной, двух ногах. Ориентирование в пространстве, сохранение равновесия при движении по скамейке.	колонны по одному в колонну по два (на месте). Выполняют ходьбу по гимнастической скамейке с различными положениями рук. Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе (на двух ногах, произвольным способом).	из колонны по одному в колонну по два (на месте). Выполняют ходьбу по гимнастической скамейке (с различными положениями рук). Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе (на двух ногах, на одной ноге, произвольным способом).
21	Упражнения на преодоление сопротивления	1	Выполнение строевых действий и команд. Тренировочные упражнения на изменение скорости передвижения при ходьбе/беге. Выполнение упражнений на преодоление сопротивления.	Выполняют строевые команды и действия под шадающий счёт. Изменяют скорость передвижения при ходьбе/беге. Выполняют упражнения на преодоление сопротивления (под контролем помощи учителя).	Выполняют строевые команды и действия. Изменяют скорость передвижения при ходьбе/беге. Выполняют упражнения на преодоление сопротивления.

22	Упражнения на развитие ориентации в пространстве	1	Выполнение ходьбы «змейкой», «противоходом». Выполнение упражнений со сложной скакалкой в различных исходных положениях, прыжки через скакалку (на двух ногах и на одной ноге).	Выполняют ходьбу «змейкой», «противоходом». Выполняют комплекс упражнений со скакалкой (по инструкции и показу учителя). Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе (на двух ногах произвольным способом).	Выполняют ходьбу «змейкой», «противоходом». Выполняют комплекс упражнений со скакалкой (по инструкции учителя). Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе (на двух ногах, на одной ноге, произвольным
----	--	---	---	---	---

					способом).
23	Упражнения на укрепление мышц туловища, рук и ног.	1	Выполнение фигурной маршировки. Выполнение упражнений на укрепление мышц туловища, рук и ног.	Выполняют фигурную маршировку за другим учащимся, ориентируясь на образец выполнения впереди идущего одноклассника. Выполняют упражнения на укрепление мышц туловища, рук и ног (с дифференцированной помощью учителя).	Выполняют фигурную маршировку. Выполняют упражнения на укрепление мышц туловища, рук и ног (по инструкции учителя).

24	Упражнения с элементами единоборств	1	Выполнение упражнений с элементами единоборств. Сохранение равновесия при движении по скамейке.	Выполняют комплекс упражнений с элементами единоборств (3-5 упражнений). Выполняют упражнения на равновесие на скамейке: повороты с различными движениями рук, хлопками под ногой, повороты на носках и др. (при необходимости с помощью учителя).	Выполняют комплекс упражнений с элементами единоборств. Выполняют упражнения на равновесие на скамейке: повороты с различными движениями рук, с хлопками под ногой, повороты на носках и др.
25	Упражнения с гимнастическими палками	1	Согласование движения палки с движениями туловища, ног. Составление и выполнение комбинации упражнений на скамейке.	Выполняют 4-6 упражнений с гимнастической палкой. Выполняют доступные упражнения на равновесие (под контролем учителя, а при необходимости с помощью учителя).	Выполняют упражнения с гимнастической палкой. Составляют и демонстрируют комбинацию упражнений на скамейке (под контролем учителя)
26 -	Опорный прыжок	2	Выполнение прыжков через козла, коня.	Выполняют наскок в стойку на коленях на коня, козла.	Выполняют опорный прыжок ног врозь через
27			Преодоление нескольких препятствий различными способами.	Преодолевают несколько препятствий с помощью учителя.	козла, коня (с помощью учителя). Преодолевают несколько препятствий.

28	Упражнения для формирования правильной осанки	1	Переноска 2- 3 набивных мячей(общим весом до 7-8 кг). Выполнение прыжка согнувшись через козла, коня. Переноска гимнастического коня и козла, мата на расстояние до 15 м.	Переносят 1-2 набивных мяча (общим весом до 5-6 кг). Выполняют наскок на козла, коня в стойку на коленях. Переносят гимнастического коня, козла, маты на расстояние до 10 м.	Выполняют опорный прыжок ног врозь через козла, коня (с помощью учителя). Переносят 2- 3 набивных мяча(общим весом до 7-8 кг). Переносят гимнастического коня и козла, маты на расстояние до 15 м.
29	Упражнения со скакалкой	1	Выполнение упражнений со скакалкой. Выполнение прыжковых упражнений.	Выполняют упражнения со скакалкой(по инструкции и показу учителя). Выполняют прыжковые упражнения(под контролем учителя).	Выполняют упражнения со скакалкой(по показу и инструкции учителя). Выполняют прыжковые упражнения (по инструкции учителя).
30	Упражнения с гантелями	1	Выполнение упражнений с гантелями. Выполнение прыжковых упражнений.	Выполняют упражнения с гантелями (под контролем учителя, после показа учителя). Выполняют прыжковые упражнения(по инструкции учителя, с дифференцированной помощью учителя).	Выполняют упражнения с гантелями(под контролем учителя, после показа учителя). Выполняют прыжковые упражнения (по инструкции учителя).
31-	Упражнения для развития	2	Выполнение построения в	Выполняют построение в колонну	Выполняют построение в

32	пространственно-временной дифференцировки и точности движений.		колонну по два, соблюдая заданное расстояние. Выполнение прыжка в длину с места. Передача набивного мяча сидя, стоя из одной руки в другую над головой.	по два, соблюдая заданное расстояние (по ориентирам). Прыгают в длину с места на заданное расстояние с предварительной отметки. Передают набивной мяч сидя, стоя из одной руки в другую над головой.	колонну по два, соблюдая заданное расстояние. Прыгают в длину с места на заданное расстояние без предварительной отметки. Передают набивной мяч сидя, стоя из одной руки в другую над головой.
Лыжная подготовка					
33	Техника безопасности и правила поведения на уроках лыжной подготовки. Совершенствование одновременного бесшажного хода.	1	Беседа о правилах обращения с лыжным инвентарем и техники безопасности на занятиях лыжной подготовкой. Выполнение строевых действий с лыжами. Беседа о технике безопасности во время передвижений с лыжами под рукой и на плече. Передвижение скользящим шагом по лыжне. Освоение техники одновременного бесшажного хода.	Принимают участие в беседе по технике безопасности. Смотрят показ с объяснением безопасного передвижения с лыжами под рукой и на плече. Совершенствуют технику выполнения строевых команд и приемов. Смотрят показ с объяснением техники одновременного бесшажного хода и выполняют передвижение на лыжах.	Принимают участие в беседе по технике безопасности, отвечают на вопросы учителя о правилах обращения с лыжным инвентарем.. Смотрят показ с объяснением безопасного передвижения с лыжами под рукой и на плече. Совершенствуют технику выполнения строевых команд и приемов. Смотрят показ с объяснением техники одновременного бесшажного хода и выполняют передвижение на лыжах.

34-35	Одновременный двухшажныйход.	2	Совершенствование техникиодновременного бесшажногоходана лыжах. Передвижение одновременным бесшажнымходом. Освоение техники одновременного двухшажногохода.	Передвигаются по лыжне одновременнымбесшажным ходом. Смотрят показ с объяснением техники одновременного двухшажногоходаи выполняют передвижение на лыжах. Передвигаютсяпопеременным двухшажным ходом.	Передвигаютсяпо лыжне одновременным бесшажнымходом. Смотрятпоказ с объяснениемтехники одновременного двухшажного хода и выполняютпередвижение на лыжах. Передвигаются попеременным двухшажнымходом.
36-37	Поворотмахомна месте	2	Выполнениеповорота махом на лыжах. Передвижение одновременным двухшажнымходоми одновременным бесшажным ходом.	Выполняют поворот махом на местеналыжах(по инструкции и показу учителя). Передвигаютсяодновременным двухшажным ходом и одновременнымбесшажным ходом.	Выполняют поворот махомна местеналыжах по инструкции и показу учителя). Выполняютпередвижение на лыжах изученными ходами.

38-39	Комбинированное торможение лыжами и палками	2	Освоение способа торможения на лыжах. Передвижение попеременными одновременным двухшажным ходом.	Смотрят показ с объяснением техники выполнения торможения. Осваивают комбинированное торможение лыжами и палками Передвигаются одновременным двухшажным ходом и одновременным бесшажным ходом.	Смотрят показ с объяснением техники выполнения торможения. Выполняют комбинированное торможение лыжами и палками. Выполняют передвижение на лыжах изученными ходами.
-------	---	---	---	--	--

40	Обучение правильному падению при прохождении спусков	1	Выполнение способа торможения на лыжах. Освоение техники падения на бок.	Осваивают комбинированное торможение лыжами и палками. Смотрят показ с объяснением техники правильного падения при прохождении спусков. Выполняют спуск в средней стойке.	Выполняют комбинированное торможение лыжами и палками. Выполняют подъем «лесенкой», «ёлочкой», имитируют и тренируют падение при прохождении спусков.
41-42	Передвижение в быстром темпе на отрезках 40-60 м	2	Тренировочные упражнения на комбинированное торможение. Прохождение на лыжах отрезков на скорость.	Осваивают комбинированное торможение лыжами и палками. Передвигаются в быстром темпе на отрезке от 30- 40 м.	Выполняют комбинированное торможение лыжами и палками. Передвигаются в быстром темпе на отрезке от 40-60 м.

43-44.	Передвижение в быстром темпе по кругу (100-150 м)	2	Выполнение поворота махом на лыжах. Передвижение в быстром темпе по кругу.	Выполняют поворот махом на месте (по инструкции и показу учителя). Проходят на скорость отрезок на время от 100-150 м (девочки - 1 раз, мальчики - 2 раза).	Выполняют поворот махом на месте. Проходят на скорость отрезок на время от 100-150 м (девочки - 3-5 раз, мальчики - 5-7 раз).
45	Игры на лыжах: «Пятнашки», «Самый меткий»	1	Совершенствование техники передвижения без палок. Подвижные игры на лыжах.	Принимают участие в играх.	Принимают участие в играх.
46	Игры на лыжах: «Переставь флажок», «Попади в круг», «Кто	1	Совершенствование техники передвижения на лыжах.	Принимают участие в играх.	Принимают участие в играх.

	быстрее», «Следи за сигналом»				
47	Прохождение на лыжах за урок от 1,5 км	2	Прохождение дистанции на лыжах.	Проходят дистанцию (без учета времени) до 1 км.	Проходят дистанцию (без учета времени) 0 1,5 км.

Спортивные игры

49	Инструктаж по технике безопасности при участии в спортивных играх. Техника отбивания мяча то одной, то другой стороной ракетки	1	Беседа по технике безопасности, санитарно-гигиенические требования к занятиям спортивными играми. Жонглирование теннисным мячом, выполнение приема и передачи мяча	Принимают участие в беседе, отвечают на вопросы учителя. Выполняют прием передачи мяча теннисной ракеткой.	Принимают участие в беседе, рассказывают правила техники безопасности при участии в спортивных играх. Выполняют прием передачи мяча теннисной ракеткой.
----	--	---	--	--	---

50	Правильная стойка теннисиста, техника короткой и длинной подачи мяча	1	Определение названия подачи. Выполнение подачи мяча, принимая правильное исходное положение.	Выполняют правильную стойку теннисиста и подачу мяча. Дифференцируют разновидности подач (с помощью учителя).	Выполняют правильную стойку теннисиста и подачу мяча. Дифференцируют разновидности подач.
51	Техника отбивания мяча над столом, за ним и дальше от него	1	Повторение техники отбивания мяча. Выполнение правильной стойки теннисиста.	Осваивают стойку теннисиста. Выполняют отбивание мяча.	Принимают правильную стойку теннисиста. Выполняют отбивание мяча.
52	Правила соревнований по настольному теннису. Учебная игра в настольный теннис	1	Ознакомление с правилами соревнований по настольному теннису. Одиночная игра. Концентрирование внимания во время игры.	Смотрят видеоматериал по теме «Правила соревнований по настольному теннису», отвечают на вопросы учителя по содержанию. Играют в одиночную игру.	Смотрят видеоматериал по теме «Правила соревнований по настольному теннису», отвечают на вопросы учителя по содержанию.

					Играют в одиночную игру.
--	--	--	--	--	--------------------------

53	Волейбол. Нижняя прямая подача.		Совершенствование техники нижней прямой подачи. Совершенствование стойки во время выполнения нижней прямой подачи. Выполнение нижней прямой подачи.	Смотрят показ с объяснением техники выполнения нижней прямой подачи. Осваивают технику нижней прямой подачи (по инструкции учителя и по показу учителя). Выполняют стойку во время нижней прямой подачи (по показу учителя). Выполнение нижней прямой подачи (по инструкции учителя) и ориентируясь на образец выполнения обучающимися из более сильной группы.	Смотрят показ с объяснением техники выполнения нижней прямой подачи. Принимают правильную стойку во время нижней прямой подачи. Выполняют нижнюю прямую подачу (по инструкции учителя).
54	Передача мяча сверху и снизу двумя руками после перемещений	1	Совершенствование техники выполнения передачи мяча сверху и снизу двумя руками после перемещений.	Принимают и передают мяч сверху и снизу в парах на месте.	Принимают и передают мяч сверху и снизу в парах после перемещений.
55	Прием и передача мяча сверху и снизу	1	Выполнение приема и передачи мяча над собой сверху и снизу.	Выполняют прием и передачу мяча над собой сверху и снизу.	Выполняют прием передачи мяча над собой сверху и снизу.
56	Прыжки в высоту и длину. Учебная игра в волейбол.	1	Сочетание работы рук, ног в прыжках у сетки. Закрепление правил перехода по площадке. Выполнение игровых	Прыгают в верх места и шага, у сетки (1-2 серии прыжков за урок). Выполняют переход по площадке, играют в учебную игру (под	Прыгают в верх места и шага, у сетки. Выполняют переход по площадке. Принимают участие в

			действий.	контролемиспомощьюучителя).	учебнойигре.
Легкаяатлетика					
57	Бегнаскорость(доб60м)	1	Выполнение ходьбы группаминаперегонки. Выполнение перепрыгиваниичерез набивные мячи. Бег с высокого старта. Метаниемячавполна дальность отскока.	Выполняютходьбугруппами наперегонки. Перепрыгиваютчерезнабивные мячи (расстояние 80-100 см, длина4 метра). Выполняютбегсвысокого старта. Выполняютметаниемячавпол на дальность отскока.	Выполняютэстафетный бег (по кругу 60 м) с правильнойпередачей эстафетной палочки. Перепрыгивают через набивные мячи (расстояние80-100см, длина 5 метров). Выполняютбегснизкого старта,стартовыйразбега и старта из различных исходныхположений. Метают мяч в пол на дальность отскока.
58	Бег на среднюю дистанцию(400м).	1	Выполнение ходьбы на отрезкахот100до200м. Беганасреднюю дистанцию. Метание малого мяча на дальностьсместа(коридор 10 м).	Проходятотрезкиот100до200 м. Выполняюткроссовыйбегна дистанцию 200 м. Метаютмалыймячнадальностьс места (коридор 10 м).	Проходятотрезкиот100 до 200 м. Выполняюткроссовыйбег на дистанцию 400 м. Метаютмалыймячна дальность с 3 шагов разбега(коридор10м).
59-60	Прыжоквдлинус полного разбега	2	Выполнение бега 60 м с ускорением и на время. Выполнениеупражненийв подборе разбега для прыжковвдлину. Прыжоквдлинус полного	Бегут60мсускорениемина время. Выполняютпрыжоквдлинус3-5 шагов разбега. Метают на дальность из-за головычерезплечос4-6шагов	Бегут60мсускорениемина время. Выполняют прыжок в длину с полного разбега. Метаютнадальностьиз-за головы через плечо с 4-6

			разбега Метание на дальность из-за головы через плечо с 4-6 шагов разбега.	разбега.	шагов разбега.
61	Толкание набивного мяча весом до 2-3 кг с места на дальность	1	Выполнение упражнений в подборе разбега для прыжков в длину. Прыжок в длину полного разбега. Толкание набивного мяча на дальность.	Выполняют прыжок в длину с 3-5 шагов разбега. Смотрят показ с объяснением техники толкания набивного мяча весом до 2 кг. Толкают набивной мяч.	Выполняют прыжок в длину полного разбега. Смотрят показ объяснением техники толкания набивного мяча весом до 2 кг. Толкают набивной мяч весом до 3 кг.
62- 63	Метание теннисного мяча на дальность с полного разбега по коридору 10 м	2	Выполнение бега на дистанции 40 м (3-6 раз за урок), на 60 м – (3 раза). Выполнение упражнений в подборе разбега для прыжков в длину. Метание теннисного мяча на дальность с полного разбега по коридору 10 м.	Выполнение бега на дистанции 40 м (2-4 раза) за урок, на 60 м – 1 раз. Выполняют прыжок в длину с 3-5 шагов разбега. Выполняют метание теннисного мяча на дальность с места (коридор 10 м).	Выполнение бега на дистанции 40 м (3-6 раз) за урок, на 60 м – 3 раза. Выполняют прыжок в длину полного разбега. Выполняют метание теннисного мяча на дальность с полного разбега (коридор 10 м).
64- 65	Ходьба на скорость 15-20 мин. в различном темпе с изменением шага.	2	Ходьба на скорость 15-20 мин. в различном темпе с изменением шага. Метание мяча с полного разбега на дальность в коридор 10 м.	Идут на скорость 10-15 мин. в различном темпе с изменением шага. Осваивают метание малого мяча на дальность с места (коридор 10 м).	Идут на скорость 15-20 мин. в различном темпе с изменением шага. Выполняют метание малого мяча на дальность с места (коридор 10 м).

66-67	Эстафета 4*60 м.	2	Выполнение беговых упражнений.	Демонстрируют выполнение беговых упражнений.	Выполняют беговые упражнения.
-------	------------------	---	--------------------------------	--	-------------------------------

			Техника передачи эстафетной палочки. Выполнение эстафетного бега.	Тренируются передавать эстафетную палочку. Выполняют эстафетный бег этапами до 30 м.	Тренируются передавать эстафетную палочку. Участвуют в эстафете (4*60 м).
68	Кросс (дистанция 1500-2000 м)	1	Выполнение беговых упражнений. Закрепление тактики бега на длинной дистанции.	Демонстрируют выполнение беговых упражнений. Бегут кросс на дистанцию 1500 м.	Выполняют беговые упражнения. Бегут кросс на дистанцию 2000 м.

V. ТЕХНОЛОГИЧЕСКОЕ И МЕТОДИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

Урок 1

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	6		
Материально-техническое обеспечение	Шведская стенка, гимнастические скамейки, маты, мячи для метания		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Инструктаж по технике безопасности на уроках легкой атлетики. Ходьба в различном темпе с выполнением заданий учителя		
Цель	Закрепление правил поведения и техники безопасности на уроках адаптивной физической культуры		
Задачи	Коррекционно-образовательные: закрепить с основными требованиями к уроку по адаптивной физической культуре, закрепить построение парами, учить технически правильно преодолевать препятствия. Коррекционно-развивающие: развивать координацию движений. Коррекционно-воспитательные: развивать навыки сотрудничества и самостоятельности при выполнении заданий		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Сдача рапорта. Приветствие	Строятся в шеренгу. Дежурный сдает рапорт. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	Беседа о правилах техники безопасности на занятиях легкой атлетикой	Присаживаются на гимнастическую скамейку. Слушают инструктаж и отвечают односложно на вопросы учителя	Самостоятельно находят себе место на скамейке. Слушают инструктаж и отвечают на вопросы учителя

3. Открытие новых знаний	Выполнение упражнений в ходьбе в определенном темпе с выполнением заданий	Слушают инструктаж о правилах поведения на уроках легкой атлетики. Выполняют ходьбу с заданиями по инструкции учителя	Слушают инструктаж о правилах поведения на уроках легкой атлетики. Выполняют ходьбу с заданиями
4. Первичное закрепление материала	Преодоление полосы препятствий	Выполняют бег с преодолением препятствий (высота 10-30 см)	Выполняют бег с преодолением препятствий (высота 30-40 см)
5. Включение в систему знаний и повторение	Метание мяча в вертикальную цель	Выполняют метание мяча в вертикальную цель	Выполняют метание мяча в вертикальную цель
6. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: повторить общие правила по технике безопасности и санитарно-гигиенические требования (карточка)	Совместно с родителем выполняют домашнее задание	Самостоятельно выполняют домашнее задание
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения, с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 2

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры

Типурока	Урокоткрытияновыхзнаний
----------	-------------------------

Тема	Значениеходьбыдляукрепленияздоровьячеловека.Продолжительнаяходьба10-15минвразличном темпе		
Цель	Совершенствованиетехникиходьбы		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить метание мяча в вертикальную цель, учить выполнять ходьбу в различном темп, продолжить обучение прыжкам через скакалку.Коррекционно- развивающие:развивать чувство ритма, ловкость, координационные способности, умение согласовывать движения в ходьбе.Коррекционно- воспитательные: воспитывать сотрудничество, мотивы здорового образа жизни, доброжелательность и эмоционально-нравственную отзывчивость		
Этапыурока	Содержаниедеятельности		
	Деятельностьучителя	Деятельностьобучающихся	
		Минимальныйуровень	Достаточныйуровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Определение оптимального двигательного режимадлясвоеговозраста, его виды	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Просматривают презентацию «Значение ходьбы дляукрепленияздоровьячеловека»	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Просматривают презентацию«Значениеходьбыдля укрепления здоровья человека»

3. Открытие новых знаний	Выполнение продолжительной ходьбы в различном темпе, сохраняя правильное положение тела в движении	Идут продолжительной ходьбой 10 мин	Идут продолжительной ходьбой 15 мин
4. Первичное закрепление	Метание мяча в вертикальную цель	Выполняют метание мяча в вертикальную цель	Выполняют метание мяча в вертикальную цель

материала			
5. Включение в систему знаний и повторение	Выполнение прыжков через скакалку	Выполняют прыжки через скакалку на месте в равномерном темпе	Выполняют прыжки через скакалку на месте в равномерном темпе
6. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ходьба на носках, на пятках	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения

Урок 3

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры

Типурока	Урокоткрытияновыхзнаний
Тема	Бегвравномерномтемпедо5мин
Цель	Развитиескоростно-силовойвыносливости
Задачи	Коррекционно-образовательные:продолжитьобучениетехникипрыжкаввысотусразбегаспособом «перешагивание», разучить прыжковые упражнения, закрепление ходьбы с выполнением заданий.Коррекционно- развивающие: развивать выносливость.Коррекционно- воспитательные: воспитывать сотрудничество, мотивы здорового образа жизни, доброжелательность и эмоционально-нравственную отзывчивость

Этапыурока	Содержаниедеятельности		
	Деятельностьучителя	Деятельностьобучающихся	
		Минимальныйуровень	Достаточныйуровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находятсвоеместовстрою.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение ходьбы с заданиями	Демонстрируютвыполнение домашнего задания.Выполняют ходьбу с заданиями	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют ходьбу с заданиями
3. Открытие новыхзнаний	Выполнение прыжковых упражнений	Выполняют бег с переменной скоростью до 4 мин	Выполняют бег с переменной скоростью до 5 мин
4. Первичное закрепление материала	Выполнение бега легко и свободно, не задерживая дыхание	Выполняют прыжок в высотусразбегаспособом «перешагивание»	Выполняют прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание»

5. Включение в систему знаний и повторение	Выполнение прыжка в высоту способом «перешагивание»	Выполняют прыжки через скакалку на месте в равномерном темпе	Выполняют прыжки через скакалку на месте в равномерном темпе
6. Информация о домашнем задании, его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: Прыжки вверх на месте с поворотом на 90°, 180°, 360° - 18р (м), 15р (д)	Выполняют двигательное упражнение 8 (м), 6 (д) раз с поворотом на 90°	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя различные движения	Называют три момента, которые у них получились хорошо в процессе урока, и предлагают одно действие, которое улучшит их работу на

			следующему уроку
--	--	--	------------------

Урок 4

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Запрыгивание на препятствие высотой до 40 - 50 см
Цель	Содействие формированию правильной осанки, координации движений и укреплению всех мышечных групп

Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику запрыгивания на препятствия, повторить беговые упражнения, закреплять навык метания мяча одной рукой через плечо.Коррекционно-развивающие: развивать прыгучесть, координацию движений.Коррекционно- воспитательные: воспитывать целеустремленность, уверенность в своих силах		
Этапыурока	Содержаниедеятельности		
	Деятельностьучителя	Деятельностьобучающихся	
		Минимальныйуровень	Достаточныйуровень
1.Организационныйэтап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение беговых упражнений	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют беговые упражнения на коротком	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют беговые упражнения на коротком отрезке

		отрезке	
3. Открытие новых знаний	Выполнение бега на отрезке с ускорением 30 м	Выполняютбегнаотрезкес ускорением 30 м	Выполняют бег на отрезке с ускорением 30 м
4. Первичное закреплениематериала	Выполнение запрыгивания на препятствие	Запрыгиваютиспрыгиваютс препятствия до 50 см	Запрыгивают на препятствие высотой 60 см
5.Включениевсистему знаний и повторение	Выполнение метания мяча на дальностьиз-заголовычерезплечо	Выполняют метания мяча на дальность из-за головы через плечо с места	Выполняют метания мяча на дальность из-за головы через плечо с 4-6 шагов с разбега

6. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: сгибание и разгибание рук в упоре стоя. -2х17 (м) 2х14 (д)	Выполняют двигательное упражнение 6 (м) ,4 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
7.Рефлексия(подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Учащиеся оценивают вклад друг друга в уроки благодарят друг друга за проведённый урок, за труд	Учащиеся оценивают вклад друг друга в урок и благодарят друг друга за проведённый урок, за труд

Урок 5

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, секундомер
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Бег на отрезках до 30 м. Беговые упражнения

Цель	Развитие умений и навыков выполнять упражнения в соревновательной форме
Задачи	Коррекционно-образовательные: формировать умение бежать с низкого старта, самостоятельно выполнять специальные беговые упражнения, закреплять навык метания малого мяча. Коррекционно-развивающие: развивать быстроту. Коррекционно-воспитательные: формировать интерес к занятиям физической культурой, чувства ответственности, дисциплинированности, организованности и самостоятельности
Этапы урока	Содержание деятельности

	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту. Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю. Сдают рапорт
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания. Выполнение беговых упражнений	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют 2-3 упражнения	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют беговые упражнения
3. Открытие новых знаний	Выполнение бега на отрезке с ускорением 30 м	Выполняют бег на отрезке с ускорением 30 м.	Выполняют бег на отрезке с ускорением 30 м.
4. Первичное закрепление материала	Выполнение запрыгивания на препятствие	Запрыгивают и спрыгивают с препятствия до 50 см	Запрыгивают на препятствие высотой 60 см
5. Включение в систему знаний и повторение	Выполнение метания мяча на дальность из-за головы через плечо на дальность	Выполняют метания мяча на дальность из-за головы через плечо с места	Выполняют метания мяча на дальность из-за головы через плечо с 4-6 шагов с разбега
6. Информация о домашнем задании, его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: сгибание и разгибание рук в упоре стоя. - 2х17 (м) 2х14 (д)	Выполняют двигательное упражнение 6 (м), 4 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение

7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Учащиеся оценивают вклад друг друга в урок и благодарят друг друга за проведенный урок, за труд	Учащиеся оценивают вклад друг друга в урок и благодарят друг друга за проведенный урок, за труд
----------------------------------	--	---	---

Урок6

Предмет	Адаптивнаяфизическаякультура		
Класс	6		
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры,набивноймячвесом1кг,секундомер		
Типурока	Урокоткрытияновыхзнаний		
Тема	Метаниенабивногомяча1кгдвумярукаμισнизу,из-заголовы,черезголову		
Цель	Развитиедвигательныхкачествпосредствомметаниянабивногомяча		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику метания набивного мяча, повторить беговые упражнения, закрепить технику бега на короткой дистанции.Коррекционно- развивающие: развивать двигательные качества — ловкость, быстроту, координацию.Коррекционно- воспитательные: формировать интерес к занятиям физической культурой, чувства ответственности, дисциплинированности, организованности и самостоятельности		
Этапыурока	Содержаниедеятельности		
	Деятельностьучителя	Деятельностьобучающихся	
		Минимальныйуровень	Достаточныйуровень
1.Организационныйэтап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятсявшеренгупод контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация	Проверкадомашнегозадания	Демонстрируют	Демонстрируют выполнение

знаний.Мотивация к учебной деятельности		выполнение домашнего задания	домашнегозадания.Выполняют специально-беговые упражнения
---	--	------------------------------	--

3.Открытие новых знаний	Выполнение беговых упражнений	Выполняют специально-беговые упражнения	Выполняют специально-беговые упражнения
4.Первичное закрепление материала	Выполнение бега 60 м с ускорением и на время.	Выполняют бег на отрезке с ускорением 40 м.	Бегут 60 м с ускорением на время.
5. Включение в систему знаний и повторение	Выполнение броска набивного мяча, согласовывая движения рук и туловища	Бросают набивной мяч из положения сидя (весом 1 кг)	Бросают набивной мяч из различных исходных положений (весом 1 кг)
6.Информация домашнего задания, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: сгибание и разгибание рук в упоре стоя. - 2х17 (м) 2х14 (д)	Выполняют двигательное упражнение 8 (м) ,6 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 7

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, набивной мяч весом 1 кг, секундомер
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Бег на короткую дистанцию 60 м с низкого старта

Цель	Развитие двигательных качеств посредством бега на короткую дистанцию
------	--

Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику низкого старта, повторить специально- беговые упражнения, закрепить броски набивного мяча.Коррекционно- развивающие: развивать двигательные качества — быстроту, координацию.Коррекционно- воспитательные: формировать интерес к занятиям физической культурой, чувства ответственности, дисциплинированности, организованности и самостоятельности		
Этапыурока	Содержаниедеятельности		
	Деятельностьучителя	Деятельностьобучающихся	
		Минимальныйуровень	Достаточныйуровень
1.Организационныйэтап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация кучебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение беговых упражнений	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют специально- беговые упражнения	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют специально- беговые упражнения.
3.Открытиеновыхзнаний	Выполнение бега 60 м с ускорением и на время.	Выполняютбегнаотрезкес ускорением 40 м.	Бегут60мсускорениемна время.
4.Первичноезакрепление материала	Выполнениебросканабивногомяча, согласовывая движения рук и туловища	Бросают набивной мяч из положения сидя (весом 1 кг)	Бросают набивной мяч из различных исходных положений (весом 1 кг)
5. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выпрыгивание из глубокого приседа - 15р (м), 10р (д)	Выполняют двигательное упражнение 6 (м) ,4 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
6.Рефлексия(подведениеитогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок8

Предмет	Адаптивнаяфизическаякультура		
Класс	6		
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры,мячидляметания,секундомер		
Типурока	Урокоткрытияновыхзнаний		
Тема	Бегнасредниедистанции(300м)		
Цель	Развитиескоростнойвыносливости		
Задачи	Коррекционно- образовательные: совершенствовать технику бега на среднюю дистанцию, повторить технику беговых упражнений, закрепить технику метания мяча.Коррекционно- развивающие: развивать способность чувствовать темп бега .Коррекционно- воспитательные: формироватьинтерес к занятиям физической культурой, чувства ответственности, дисциплинированности, организованности и самостоятельности		
Этапыурока	Содержаниедеятельности		
	Деятельностьучителя	Деятельностьобучающихся	
		Минимальныйуровень	Достаточныйуровень
1.Организационныйэтап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация кучебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение беговых упражнений	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют специально-беговые упражнения	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют специально-беговые упражнения.
3.Открытиеновыхзнаний	Выполнение бега на средние	Выполняюткроссовыйбегдо	Выполняюткроссовыйбегдо

	дистанции, распределяя свои силы в беге на дистанции	300 м (допускается смешанное передвижение)	150 м (девочки), на дистанцию 300 м (мальчики)
4. Первичное закрепление материала	Метание мяча на дальность	Метают мяч на дальность	Метают мяч на дальность
5. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выпрыгивание из глубокого приседа - 15 р (м), 10 р (д)	Выполняют двигательное упражнение 6 (м), 4 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 9

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, баскетбольные мячи, свисток
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Инструктаж по технике безопасности на уроках спортивных игр. Баскетбол. Правила игры в баскетбол, права и обязанности игроков, правила судейства предупреждение травматизма.
Цель	Создание представления о занятиях баскетболом, обеспечение предупреждения травматизма во время занятий

Задачи	Коррекционно- образовательные: освоить технику выполнения стойки игрока в баскетболе, познакомить с простейшими правилами игры, разучить подвижную игру.Коррекционно- развивающие: развивать ловкость, координацию движений.Коррекционно-воспитательные: формировать сознательную
--------	---

	дисциплину, привыканию к выполнению заданий игровой направленности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту. Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю. Сдают рапорт
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания. Беседа по технике безопасности, санитарно-гигиенические требования к занятиям баскетболом, права и обязанности игроков на площадке, предупреждение травматизма	Отвечают на вопросы по прослушанному материалу, с опорой на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорных поощрений)	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Отвечают на вопросы по прослушанному материалу. Осваивают правила игры
3. Открытие новых знаний	Освоение простейших правил игры, правилами судейства, наказаниями при нарушениях правил игры	Слушают простейших правил игры	Слушают простейших правил игры
4. Первичное закрепление материала	Подвижная игра с бросками и передачей мяча	Участвуют в подвижной игре по инструкции учителя	Участвуют в подвижной игре по инструкции учителя

5. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выпрыгивание из глубокого приседа - 15р (м), 10р (д)	Выполняют двигательное упражнение 6 (м) ,4 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок10

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, баскетбольные мячи, свисток
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Стойка баскетболиста. Передача мяча двумя руками от груди в парах с продвижением вперед
Цель	Создание представления о технике выполнения стойки и перемещений в баскетболе, обеспечение предупреждение травматизма во время занятий
Задачи	Коррекционно-образовательные: закрепить технику выполнения стойки, познакомить с перемещениями игрока в баскетболе. Коррекционно-развивающие: развивать координацию движений. Коррекционно-воспитательные: формировать сознательную дисциплину при выполнении заданий игровой направленности
Этапы урока	Содержание деятельности

	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту. Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю. Сдают рапорт
2. Актуализация знаний. Мотивация учебной деятельности	Проверка домашнего задания. Совершенствование стойки баскетболиста	Выполняют стойку баскетболиста после показа и инструкции учителя	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют стойку баскетболиста
3. Открытие новых знаний	Выполнение передачи мяча двумя руками от груди с шагом навстречу друг другу. Ловля мяча двумя руками	Выполняют ведение мяча в движении ориентируясь на образец выполнения	Выполняют ведение мяча в движении. Выполняют остановки по сигналу учителя,

	с последующим ведением и остановкой	обучающимися 2 группы. Выполняют остановки по сигналу учителя, выполняют повороты на месте с мячом в руках, передают и ловят мяч двумя руками от груди в парах (на основе образца учителя).	выполняют повороты на месте с мячом в руках, передают и ловят мяч двумя руками от груди в парах (на основе образца учителя)
--	-------------------------------------	---	---

4. Первичное закрепление материала	Выполнение ведения мяча на месте и в движении	Ведут мяч одной рукой на месте и в движении шагом, после инструкции учителя, ориентируясь на образец выполнения обучающимися более сильной группы	Ведут мяч одной рукой на месте и в движении шагом по инструкции учителя
5. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выпрыгивание из глубокого приседа - 15р (м), 10р (д)	Выполняют двигательное упражнение 6 (м) ,4 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 11

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, баскетбольные мячи, свисток
Тип урока	Урок открытия новых знаний

Тема	Ведение мяча с обводкой препятствий
Цель	Освоение техники ведения мяча, закрепление стойки и перемещение игрока

Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить технику выполнения стойки и перемещений игрока, ведения мяча в баскетболе Коррекционно- развивающие: развивать ловкость Коррекционно- воспитательные: формировать сознательную дисциплину при выполнении заданий игровой направленности		
Этапыурока	Содержаниедеятельности		
	Деятельностьучителя	Деятельностьобучающихся	
		Минимальныйуровень	Достаточныйуровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятсявшеренгуподконтролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение передвижений без мяча, остановку шагом	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют передвижение без мяча, остановку шагом. Выполняют передачу мяча двумя руками от груди в парах с продвижением вперед	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют передвижение без мяча, остановку шагом. Выполняют передачу мяча двумя руками от груди в парах с продвижением вперед
3. Открытие новых знаний	Совершенствование техники ведения мяча. Выполнение передачи мяча двумя руками от груди в парах с продвижением вперед	Выполняют технику ведения мяча после неоднократного показа учителем и ориентируюсь образец выполнения обучающимися более сильной группы. Выполняют передачу мяча двумя руками отгруди в парах с продвижениемвперед	Выполняют ведение мяча в движении. Выполняют передачу мяча двумя руками от груди в парах с продвижением вперед

4. Первичное закрепление материала	Выполнение ведения мяча с обводкой условных противников	Выполняют ведение мяча с обводкой условных противников	Ведут мяч одной рукой на месте и в движении шагом по инструкции учителя
5. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: сгибание и разгибание рук, в упоре лежа на бедрах не отрывая коленей от пола. - 2х 17 (м) 2х 14(д)	Выполняют двигательное упражнение 8 (м) ,5 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок12

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, баскетбольные мячи, свисток
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Бросок мяча по корзине снизу двумя руками от груди с места. Эстафеты с элементами баскетбола
Цель	Освоение основных элементов баскетбола

Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить технику остановок, перемещений игрока, передач и ведения мяча в баскетболе Коррекционно- развивающие: развивать общую моторику Коррекционно- воспитательные: формировать сознательную дисциплину при выполнении заданий игровой направленности
Этапыурока	Содержаниедеятельности

	Деятельностьучителя	Деятельностьобучающихся	
		Минимальныйуровень	Достаточныйуровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятсявшеренгуподконтролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение передвижений без мяча, остановку шагом	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют передвижение без мяча, остановку шагом	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют передвижение без мяча, остановку шагом
3. Открытие новых знаний	Выполнение передачи мяча двумя и одной рукой в парах, тройках в движении	Выполняют передачи мяча с продвижением вперед двумя руками и бросают мяч в корзину двумя руками с низу и от груди с места после инструкции учителя и ориентируюсь на образец выполнение обучающимися более сильной группы	Выполняют передачи мяча двумя и одной рукой в парах, тройках, с продвижением вперед и бросают мяч в корзину двумярукамиснизуиотгрудис местапослеинструкцииучителя

4. Первичное закрепление материала	Эстафеты с элементами баскетбола	Участвуют в эстафете	Выполняют эстафету с элементами баскетбола
5. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: сгибание и разгибание рук, в упоре лежа на бедрах не отрывая коленей от пола. - 2х 17 (м) 2х 14(д)	Выполняют двигательное упражнение 8 (м) ,5 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок13

Предмет	Адаптивнаяфизическаякультура		
Класс	6		
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры,баскетбольныемячи,свисток		
Типурока	Урокоткрытияновыхзнаний		
Тема	Комбинации из основныхэлементов техники перемещений и владении мячом.Учебная игра по упрощенным правилам		
Цель	Освоениеосновныхэлементовтехникиперемещенийивладениямячом		
Задачи	Коррекционно- образовательные: познакомиться с комбинацией основных элементов техники перемещений и владении мячомКоррекционно- развивающие: развивать координацию движенийКоррекционно- воспитательные: формировать сознательную дисциплину при выполнении заданий игровой направленности		
Этапыурока	Содержаниедеятельности		
	Деятельностьучителя	Деятельностьобучающихся	
		Минимальныйуровень	Достаточныйуровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнениепередвиженийбез мяча, остановку шагом	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют передвижение без мяча, остановку шагом	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют передвижение без мяча, остановку шагом

3. Открытие новых знаний	Выполнение упражнений с набивными мячами: броски мяча с близкого расстояния, с разных позиций и расстояния. Ведение мяча с передачей, с последующим броском в кольцо	Выполняют упражнения с набивными мячами. Выполняют ведение мяча с передачей, с последующим броском в кольцо	Выполняют упражнения с набивными мячами. Выполняют ведение мяча с передачей, с последующим броском в кольцо
4. Первичное закрепление материала	Учебная игра по упрощенным правилам	Участвуют в игре баскетбол по упрощенным правилам	Играют в баскетбол по упрощенным правилам
5. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: сгибание и разгибание рук, в упоре лежа на бедрах не отрывая коленей от пола. - 2х 17 (м) 2х 14(д)	Выполняют двигательное упражнение 8 (м) ,5 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 14

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, баскетбольные мячи, свисток
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Волейбол. Правила игры, наказания за нарушения игры и судейство

Цель	Создание представлений о волейболе
Задачи	Коррекционно-образовательные: познакомить с простейшими правилами игры в волейболе, закрепление приемов владения мячом в игре пионербол. Коррекционно-развивающие: развивать ловкость и

	координацию движений Коррекционно-воспитательные: формировать сознательную дисциплину при выполнении заданий игровой направленности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту. Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю. Сдают рапорт
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания. Беседа по ТБ на занятиях спортивными играми. Беседа об основных средствах и правилах закаливания организма	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Отвечают на вопросы по прослушанному материалу, с опорой на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорных поощрений)	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Отвечают на вопросы по прослушанному материалу

3. Открытие новых знаний	Осваивают простейшие правилам игры в волейбол, правилами судейства, наказаниями при нарушениях правил игры.Выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев	Осваивают простейшие правила игры в волейболе, запоминают названия наказаний при нарушении игры, с неоднократным повторением названий учителем.Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев (по возможности)	Осваивают простейшие правила игры в волейболе, запоминают названия наказаний при нарушении игры.Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев
4. Первичное закрепление материала	Учебнаяигравпионербол	Участвуют в игре по упрощенным правилам	Играютвпионербол
5. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: сгибание и разгибаниерук,вупорележана	Выполняютдвигательноеупражнение8 (м) ,5 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение

	бёдрахнеотрываяколенейот пола. - 2х 17 (м) 2х 14(д)		
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок15

Предмет	Адаптивнаяфизическаякультура
Класс	6

Материально-техническое обеспечение	Ориентиры,баскетбольныемячи,свисток		
Типурока	Урокоткрытияновыхзнаний		
Тема	Стойкаволейболиста.Перемещениянаплощадке,передачмячасверхуи передача мяча снизу двумя руками на месте и после перемещения		
Цель	Ознакомлениесэлементамиволейбола		
Задачи	Коррекционно- образовательные: познакомиться с элементами игры в волейболе: стойка, передача мяча сверху, снизу, закрепить навыки владения мячом в учебной игре.Коррекционно- развивающие: развивать точность движенийКоррекционно- воспитательные: формировать сознательную дисциплину при выполнении заданий игровой направленности		
Этапыурока	Содержаниедеятельности		
	Деятельностьучителя	Деятельностьобучающихся	
		Минимальныйуровень	Достаточныйуровень
1.Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт

2. Актуализация знаний. Мотивация кучебной деятельности	Организация проверки домашнего задания. Совершенствование основной стойки волейболиста. Выполнение основной стойки в волейболе, передачи мяча сверху, снизу. Выполнение упражнений на развитие мышц кистей рук и пальцев	Выполняют основную стойку волейболиста, после неоднократного показа учителя, ориентируясь на выполнение стойки обучающимися на образец выполнения обучающимися более сильной группы. Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев (по возможности)	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Осваивают основную стойку волейболиста, после показа учителя. Выполняют упражнения на развитие мышц кистей рук и пальцев.
3. Открытие новых знаний	Перемещение на площадке игроков в волейболе, выполнение приема и передачи мяча двумя руками у стены и в парах	). Выполняют перемещения на площадке с помощью педагога. Осваивают и используют игровые умения (взаимодействии с партнером)	Выполняют перемещения на площадке. Осваивают и используют игровые умения
4. Первичное закрепление материала	Учебная игра в волейбол по упрощенным правилам	Участвуют в игре по упрощенным правилам	Играют в пионербол
5. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: сгибание и разгибание рук, в упоре лежа на бедрах не отрывая коленей от пола. - 2х 17 (м) 2х 14(д)	Выполняют двигательное упражнение 8 (м) ,5 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок16

Предмет	Адаптивная физическая культура
---------	--------------------------------

Класс	6		
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, баскетбольные мячи, свисток		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Нижняя прямая подача		
Цель	Создание представлений о технике нижней прямой подачи		
Задачи	Коррекционно-образовательные: познакомиться с техникой нижней прямой подачи в волейболе, закрепить навыки владения мячом в учебной игре. Коррекционно-развивающие: развивать точность движений. Коррекционно-воспитательные: воспитывать дисциплинированность, сознательность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту. Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю. Сдают рапорт

2. Актуализация знаний. Мотивация кучебной деятельности	Организация проверки домашнего задания. Перемещение на площадке игроков в волейболе, выполнение приема и передачи мяча двумя руками у стены и в парах	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют перемещение на площадке передачу мяча двумя руками у стены	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют перемещение на площадке игроков в волейболе, выполняют прием и передачу мяча двумя руками у стены и в парах
3. Открытие новых знаний	Определение способов подачи мяча в волейболе. Совершенствование техники	Смотрят показ с объяснением техники правильного выполнения	Выполняют перемещение на площадке. Осваивают и

	нижней прямой подачи. Совершенствование стойки во время выполнения нижней прямой подачи. Выполнение нижней прямой подачи	нижней прямой подачи. Определяют способы подачи мяча в волейболе. Выполнение нижней прямой подачи по инструкции учителя и ориентируясь на образец выполнения обучающимися из более сильной группы	используют игровые умения
4. Первичное закрепление материала	Учебная игра в волейбол по упрощенным правилам	Участвуют в игре по упрощенным правилам	Играют в пионербол
5. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: сгибание и разгибание рук, в упоре лежа на бедрах не отрывая коленей от пола. - 2х 17 (м) 2х 14(д)	Выполняют двигательное упражнение 8 (м) ,5 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение

6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению
--	--	--	---

Урок17

Предмет	Адаптивнаяфизическаякультура
Класс	6
Материально- техническое обеспечение	Маты,волейбольныемячи
Типурока	Уроксистематизациизнаний(общеметодологическойнаправленности)
Тема	Прыжкисместаисшагаввысотуидлину(2-3сериипрыжковпо5-10прыжковзаурок).Учебнаяиграв

	волейбол		
Цель	Укреплениекостно-двигательногоаппаратаногитуловища.		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторитьнижнюю прямую подачу в волейболе, закрепить навыки владения мячом в учебной игре.Коррекционно- развивающие: развивать точность движений, тренировать глазомерКоррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, сознательность		
Этапыурока	Содержаниедеятельности		
	Деятельностьучителя	Деятельностьобучающихся	
		Минимальныйуровень	Достаточныйуровень

1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту. Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю. Сдают рапорт
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания. Перемещение на площадке игроков в волейболе, выполнение прыжков с места и с шага в высоту и длину (2-3 серии прыжков по 5-10 прыжков за урок), приема и передачи мяча двумя руками у стены и в парах	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют перемещения на площадке, прыжки с места, передачу мяча двумя руками у стены	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют перемещение на площадке игроков в волейболе, выполняют прыжки с места и с шага в высоту и длину, выполняют прием и передачу мяча двумя руками у стены и в парах
3. Включение изученного в систему знаний	Определение способов подачи мяча в волейболе. Совершенствование техники нижней прямой подачи. Совершенствование стойки во время выполнения нижней прямой подачи. Выполнение нижней прямой подачи	Смотрят показ с объяснением техники правильного выполнения нижней прямой подачи. Определяют способы подачи мяча в волейболе	Выполняют перемещения на площадке. Выполнение нижней прямой подачи
4. Применение знаний	Учебная игра в волейбол по упрощенным	Выполнение нижней	Осваивают и используют игровые

и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний	правилам	прямой подачи по инструкции учителя и ориентируясь на образец выполнения обучающимися из более сильной группы	умения в учебной игре
---	----------	---	-----------------------

5. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выпрыгивание из глубокого приседа 7-10 раз	Выполняют двигательное упражнение 7(м), 5(д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 18

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Маты, волейбольные мячи
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Прыжки с места и с шага в высоту и длину (2-3 серии прыжков по 5-10 прыжков за урок). Учебная игра в волейбол
Цель	Укрепление костно-двигательного аппарата ног и туловища.
Задачи	Коррекционно-образовательные: повторить нижнюю прямую подачу в волейболе, закрепить навыки

	владения мячом в учебной игре. Коррекционно-развивающие: развивать точность движений, тренировать глазомер Коррекционно-воспитательные: воспитывать дисциплинированность
--	--

Этапыурока	Содержаниедеятельности		
	Деятельностьучителя	Деятельностьобучающихся	
		Минимальныйуровень	Достаточныйуровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие.Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация кучебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Перемещение на площадке игроков в волейболе, выполнение прыжков с места и с шага в высоту и длину (2-3 серии прыжков по 5-10 прыжков за урок), приема и передачи мяча двумя руками у стены и в парах	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют перемещения на площадке, прыжки с места, передачу мяча двумя руками у стены	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют перемещение на площадке игроков в волейболе, выполняют прыжки с места и с шага в высоту и длину, выполняют прием и передачу мяча двумя руками у стены и в парах
3. Включение изученного в систему знаний	Определение способов подачи мяча в волейболе.Совершенствование техники нижней прямой подачи.Совершенствование стойки во время выполнения нижней прямой подачи.Выполнение нижней прямой подачи	Смотрят показ с объяснением технике правильного выполнения нижней прямой подачи.Определяют способы подачи мяча в волейболе.Выполнение нижней прямой подачи по инструкции учителя и ориентируясь на образец выполнения обучающимися из более сильной группы	Выполняют перемещения на площадке.Выполнение нижней прямой подачи

4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний	Учебная игра в волейбол по упрощенным правилам	Осваивают игровые умения в учебной игре	Осваивают и используют игровые умения в учебной игре
5. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выпрыгивание из глубокого приседа 7-10 раз	Выполняют двигательное упражнение 7 (м) ,5 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Урок 19

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Скакалки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Перестроение из колонны по одному в колонну под два на месте

Цель	Формирование навыков правильной осанки, развитие глазомера, равновесия, ловкости, ориентировки в пространстве
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить нижнюю прямую подачу в волейболе, закрепить навыки владения мячом в учебной игре. Коррекционно-развивающие: развивать чувство ритма, ориентировку

	в пространстве Коррекционно-воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту. Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю. Сдают рапорт
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания. Выполнение строевых действий согласно расчету и команде. Освоение перестроения из колонны по одному в колонну по два и по три на месте	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют строевые действия под сходящий счёт	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют строевые действия
3. Включение изученного в систему знаний	Тренировочные упражнения сочетание ходьбы и бега в колонне. Выполнение упражнений со скакалкой	Сочетают ходьбу и бег в колонне. Выполняют упражнения со скакалкой	Сочетают ходьбу и бег в колонне. Выполняют упражнения со скакалкой
4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний	Выполнение прыжков через скакалку на месте в равномерном темпе	Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе на двух ногах произвольным способом	Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе на двух ногах вращая скакалку вперед, назад

5. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выпрыгивание из глубокого приседа 10-12 раз	Выполняют двигательное упражнение 7 (м) ,5 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение 2 серии по 8(д)-12(м) раз
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности устно в виде упражнения «Плюс-минус-интересно»

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	6		
Материально-техническое обеспечение	Скакалки, фишки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Повороты направо, налево, кругом (переступанием). Упражнения на равновесие		
Цель	Совершенствование строевых упражнений		
Задачи	Коррекционно-образовательные: повторить строевые действия, Коррекционно-развивающие: развитие координации движений, устойчивость вестибулярных реакций, проприоцептивную чувствительность рук и ног Коррекционно-воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту. Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю. Сдают рапорт
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания. Выполнение строевых действий	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют строевые действия переступанием	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют строевые действия

3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение строевых действий в колонне. Ориентирование в пространстве, сохранение	Выполняют перестроение из колонны по одному в колонну по два, по три на месте. Выполняют	Выполняют перестроение из колонны по одному в колонну по два, по три на месте. Выполняют
	равновесия при движении по скамейке	ходьбу по гимнастической скамейке с различными положениями рук	ходьбу по гимнастической скамейке с различными положениями рук
4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний	Прыжки через скакалку на одной, двух ногах	Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе на двух ногах произвольным способом	Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе на двух, одной ноге произвольным способом
5. Информация о домашнем задании, его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражнение «ласточка»	Выполняют двигательное упражнение	Выполняют его с закрытыми глазами
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с помощью скакалки	Оценивают результат своей деятельности с помощью скакалки

Урок 21

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Фишки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)

Тема	Упражнения на преодоление сопротивления
Цель	Развитие силы
Задачи	Коррекционно-образовательные: разучить упражнения в сопротивлении, закрепить строевые

	действия, Коррекционно-развивающие: развитие координации движений, Коррекционно-воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту. Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю. Сдают рапорт
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания. Выполнение строевых действий	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют строевые действия переступанием	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют строевые действия
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение строевых действий и команд. Тренировочные упражнения на изменение скорости передвижения при ходьбе/ беге	Выполняют строевые команды и действия под падающий счёт. Изменяют скорость передвижения при ходьбе/ беге	Выполняют строевые команды и действия. Изменяют скорость передвижения при ходьбе/ беге
4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний	Выполнение упражнений на преодоление сопротивления	Выполняют упражнений на преодоление сопротивления меньшее количество раз	Выполняют упражнений на преодоление сопротивления

5. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражнение «ласточка»	Выполняют двигательное упражнение	Выполняют его закрытыми глазами
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности приемом	Оценивают результат своей деятельности приемом «Три М».

		«Три М» с помощью подводящих вопросов учителя	Учащимся предлагается назвать три момента, которые у них получились хорошо в процессе урока, и предложить одно действие, которое улучшит их работу на следующем уроке
--	--	---	---

Урок 22

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Фишки, скакалки
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Упражнения на развитие ориентации в пространстве
Цель	Развитие ориентировки в пространстве

Задачи	Коррекционно-образовательные: повторить упражнения в сопротивлении, закрепить строевые действия и приемы на месте и в движении, Коррекционно- развивающие: развитие координации движений, Коррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный	Построение в шеренгу по	Строятся в шеренгу под контролем	Находят свое место в

этап	росту. Приветствие. Сдача рапорта	учителя	строю. Сдают рапорт
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания. Выполнение строевых действий	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют строевые действия переступанием	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют строевые действия
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение ходьбы «змейкой», «противоходом». Построение парами. Выполнение упражнений на преодоление сопротивления	Выполняют строевые команды и действия опираясь на образец выполнения обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения на преодоление сопротивления меньшее количество раз	Выполняют строевые команды и действия. Выполняют упражнения на преодоление сопротивления
4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний	Выполнение упражнений со сложной скакалкой в различных исходных положениях, прыжки через скакалку на двух и одной ноге	Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе на двух ногах произвольным способом	Прыгают через скакалку на месте в равномерном темпе на двух, одной ноге произвольным способом

5. Информация о домашнем задании, его выполнении	Инструктажовыполнении домашнего задания: упражнение приседания	Выполняют двигательное упражнение 8 (д), 10(м)	Выполняют упражнения 2-3 серии 10-12 раз
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности приемом «Три М» с помощью подводящих вопросов учителя	Оценивают результат своей деятельности приемом «Три М»

Урок 23

Предмет	Адаптивная физическая культура
---------	--------------------------------

Класс	6		
Материально-техническое обеспечение	Фишки, скакалки, обручи, скамейки, козёл, маты		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Упражнения на укрепление мышц туловища, руки и ног		
Цель	Развитие двигательных качеств		
Задачи	Коррекционно-образовательные: разучить комплекс упражнений на укрепление мышц туловища, руки и ног. Коррекционно-развивающие: развитие координации движений, Коррекционно-воспитательные: воспитывать дисциплинированность, организованность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	

		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту. Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю. Сдают рапорт
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания. Выполнение строевых действий	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют строевые действия переступанием	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют строевые действия
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение фигурной маршировки. Выполнение упражнений на укрепление мышц туловища, рук и ног	Выполняют строевые команды и действия опираясь на образец выполнения обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения на укрепление мышц туловища, руки и ног меньшее количество раз	Выполняют строевые команды и действия. Выполняют упражнения на укрепление мышц туловища, рук и ног

4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний	Преодоление полосы препятствий	Преодолевают полосу препятствий с помощью учителя	Преодолевают полосу препятствий 2-3 раза
5. Информация о домашнем задании, его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражнения комплекса на укрепление мышц туловища, рук и ног	Выполняют 3-4 упражнения комплекса	Выполняют комплекс упражнений
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности приемом «Три М» с помощью подводящих вопросов учителя	Оценивают результат своей деятельности приемом «Три М»

Урок24

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Фишки, скакалки, обручи, скамейки, козёл, маты
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Упражнения с сопротивлением
Цель	Развитие двигательных качеств
Задачи	Коррекционно-образовательные: разучить комплекс упражнений на укрепление мышц туловища, рук и ног. Коррекционно-развивающие: развитие координации движений, Коррекционно-воспитательные:

	воспитывать дисциплинированность, организованность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту. Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю. Сдают рапорт
2. Актуализация знаний. Мотивация к	Организация проверки домашнего задания. Выполнение строевых действий	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют строевые действия переступанием	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют строевые действия

учебной деятельности			
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение упражнений на укреплениемышцтуловища,руки ног.Выполнение упражнений с элементами единоборств, сохранение равновесия при движении на скамейке	Выполняют строевые команды и действия опираясь на образец выполнения обучающимися 2 группы.Выполняют упражнений наукрепление мышц туловища,рук и ног меньшее количество раз.Выполнение упражнений с элементами единоборств на полу	Выполняют строевые команды и действия.Выполняют упражнений наукрепление мышц туловища, рук и ног.Выполнение упражнений с элементами единоборств, сохранение равновесия при движении на скамейке
4.Применениезнаний и умений в новойситуации.Кон троль усвоения знаний	Преодолениеполосыпрепятствий	Преодолеваютполосупрепятствий с помощью учителя	Преодолевают полосу препятствий2-3раза
5. Информация о домашнемзадании, о его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражнения комплекса на укрепление мышц туловища, рук и ног	Выполняют 3-4 упражнения комплекса	Выполняют комплекс упражнений
6. Рефлексия	Подведение итогов, оценка	Оценивают результат своей	Оценивают результат своей

(подведениеитогов)	деятельностиобучающихся	деятельности приемом «Три М» с помощью подводящих вопросов учителя	деятельностиприемом«ТриМ»
--------------------	-------------------------	--	---------------------------

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	6		
Материально-техническое обеспечение	Гимнастические палки		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Упражнения гимнастическими палками		
Цель	Формирование навыков правильной осанки, повышение уровня мотивации к здоровому образу жизни		
Задачи	· Коррекционно-образовательные: разучить упражнения, формирующие правильную осанку, закрепить знания о влиянии неправильной осанки на здоровье человека. · Коррекционно-развивающие: укрепление мышечного корсета, улучшение нервно-мышечной координации · Коррекционно-воспитательные: формировать коммуникативные навыки		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту. Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю. Сдают рапорт
2. Актуализация знаний. Мотивация к	Организация проверки домашнего задания. Выполнение строевых	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют	Демонстрируют выполнение домашнего
учебной деятельности	действий	строевые действия переступанием	задания. Выполняют строевые действия

3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение комплекса упражнений с гимнастической палкой.Согласование движения палки с движениями туловища, ног	Выполняют строевые команды и действия опираясь на образец выполнения обучающимися 2 группы.Выполняют упражнения с гимнастической палкой меньшее количество раз	Выполняют строевые команды и действия.Выполняют упражнения с гимнастическойпалкой
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоениязнаний	Составление и выполнение комбинации на скамейке	Выполняютдоступныеупражнения на равновесие	Составляют и демонстрируют комбинациюнаскамейке
5. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражнения комплекса с гимнастической палкой	Выполняют 3-4 упражнения комплекса	Выполняют комплекс упражнений
6. Рефлексия (подведениеитогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности приемом «Три М» с помощью подводящих вопросов учителя	Оценивают результат своей деятельностиприемом «Три М»

Урок26

Предмет	Адаптивнаяфизическаякультура
Класс	6
Материально-	Гимнастическиепалки,козёл,шведскаястенка,гимнастическаяскамейка

техническое обеспечение			
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Опорный прыжок		
Цель	Формирование двигательных навыков		
Задачи	· Коррекционно-образовательные: повторять технику опорного прыжка через гимнастического козла. · Коррекционно-развивающие: формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат. · Коррекционно-воспитательные: воспитывать смелость, прививать внимательность при выполнении задания		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту. Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю. Сдают рапорт
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания. Выполнение строевых действий	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют строевые действия переступанием	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют строевые действия
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение комплекса упражнений с гимнастической палкой. Выполнение прыжка согнув ноги через козла, коня в ширину	Выполняют строевые команды и действия опираясь на образец выполнения обучающимися 2 группы. Выполняют упражнения с гимнастической палкой меньшее количество раз. Выполняют наскок в стойку на коленях	Выполняют строевые команды и действия. Выполняют упражнения с гимнастической палкой. Выполняют опорный прыжок ноги врозь через козла, коня в ширину с помощью учителя

4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний	Преодоление нескольких препятствий различными способами	Преодолевают несколько препятствий с помощью учителя (по возможности)	Преодолевают несколько препятствий
5. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражнения комплекса с гимнастической палкой	Выполняют 3-4 упражнения комплекса	Выполняют комплекс упражнений
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности по вопросам учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 27

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Гимнастические палки, козёл, шведская стенка, гимнастическая скамейка
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Опорный прыжок
Цель	Формирование двигательных навыков

Задачи	·Коррекционно-образовательные:повторятьтехникуопорногопрыжкачерезгимнастического козла· Коррекционно- развивающие: формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательныйаппарат· Коррекционно- воспитательные: воспитывать смелость, прививать внимательность при выполнении задания
--------	---

Этапыурока	Содержаниедеятельности		
	Деятельностьучителя	Деятельностьобучающихся	
		Минимальныйуровень	Достаточныйуровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие.Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдаютрапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение строевых действий	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия переступанием	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение комплекса упражнений с гимнастической палкой.Выполнение прыжка согнув ноги через козла, коня в ширину	Выполняют строевые команды и действия опираясь на образец выполнения обучающимися 2 группы.Выполняют упражнений с гимнастической палкой меньшее количество раз.Выполняют наскок в стойку на коленях	Выполняют строевые команды и действия.Выполняютупражнения с гимнастической палкой.Выполняют опорный прыжок ноги врозь через козла, коня в ширину с помощью учителя
4.Применениезнаний и умений в новойситуации.Контроль усвоения знаний	Преодоление нескольких препятствий различными способами	Преодолевают несколько препятствий с помощью учителя (по возможности)	Преодолевают несколько препятствий

5. Информация о домашнем задании, его выполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражнения комплекса с гимнастической палкой	Выполняют 3-4 упражнения комплекса	Выполняют комплекс упражнений
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности по вопросам учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Предмет	Адаптивнаяфизическаякультура		
Класс	6		
Материально-техническое обеспечение	Набивныемячи,конь,маты		
Типурока	Уроксистематизацииизнаний(общеметодологическойнаправленности)		
Тема	Упражнениядляформированияправильнойосанки		
Цель	Формированиенавыковправильнойосанки,повышениеуровнямотивацииикздоровомуобразужизни		
Задачи	· Коррекционно- образовательные:повторитьупражнения,формирующиеправильную осанку· Коррекционно- развивающие: укреплять опорно-двигательный аппарат· Коррекционно-воспитательные: воспитание потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями		
Этапыурока	Содержаниедеятельности		
	Деятельностьучителя	Деятельностьобучающихся	
		Минимальныйуровень	Достаточныйуровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие.Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение строевых действий	Демонстрируютвыполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия переступанием	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют строевые действия
3. Включение изученного в систему	Выполнение комплекса упражнений для формирования правильной	Выполняют упражнений для формирования правильной	Выполняют упражнения для формирования

знаний	осанки.Переноска2-3набивныхмячей весом до 7-8 кг.Переноска гимнастического коня и козла, матовна расстояние до 15 м	осанки меньшее количество раз.Выполняют наскок в стойку на коленях	правильной.Выполняют опорный прыжок ноги врозь через козла, коня в ширину с помощью учителя
4.Применениезнанийи умений в новойситуа ции.Контроль усвоения знаний	Выполнениепрыжкасогнувногичерез козла, коня в ширину	Переносятнабивные мячи 1- 2 мячей до 3-4 кг	Переносят2-3набивныхмячей весом до 7-8 кг
5. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражнения комплекса для формирования правильной осанки	Выполняют3-4упражнения комплекса	Выполняют комплекс упражнений
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности по вопросам учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок29

Предмет	Адаптивнаяфизическаякультура
Класс	6
Материально -техническое обеспечение	Набивныемячи,конь,маты
Типурока	Уроксистематизациизнаний(общеметодологическойнаправленности)
Тема	Упражнениясоскалками
Цель	Укреплениеголеностопныхсуставов,мышцног,кистейрук

Задачи	·Коррекционно- образовательные: повторить комплекс упражнений с гимнастической скакалкой, закрепить технику выполнения опорного прыжка· Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений, тренировка вестибулярного аппарата·Коррекционно- воспитательные: воспитание потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту. Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю. Сдают рапорт
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания. Выполнение строевых действий	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют строевые действия переступанием	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют строевые действия
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение комплекса упражнений со скакалкой. Переноска 2- 3 набивных мячей весом до 7-8 кг. Переноска гимнастического коня козла, матов на расстояние до 15 м	Выполняют упражнения со скакалкой меньшее количество раз. Выполняют наскок в стойку на коленях	Выполняют упражнения со скакалкой. Выполняют опорный прыжок ноги врозь через козла, коня в ширину с помощью учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний	Выполнение прыжка согнув ноги через козла, коня в ширину	Переносят набивные мячи 1-2 мячей до 3-4 кг	Переносят 2-3 набивных мячей весом до 7-8 кг

5. Информация о домашнем задании, его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражнения комплекса для формирования правильной осанки	Выполняют 3-4 упражнения комплекса	Выполняют комплекс упражнений
--	--	------------------------------------	-------------------------------

6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности по вопросам учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно
----------------------------------	--	--	---

Урок 30

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	6		
Материально-техническое обеспечение	Гантели, конь, козёл, маты		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Упражнения с гантелями		
Цель	Развитие силовой выносливости		
Задачи	· Коррекционно-образовательные: разучить комплекс упражнений с гантелями, совершенствовать технику выполнения опорного прыжка. · Коррекционно-развивающие: развивать двигательные качества, тренировать вестибулярного аппарата. · Коррекционно-воспитательные: воспитание потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	

		Минимальныйуровень	Достаточныйуровень
1.Организационныйэтап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие.Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к	Организация проверки домашнего задания.Выполнение строевых	Демонстрируют выполнение домашнего	Демонстрируют выполнение домашнего

учебнойдеятельности	действий	задания.Выполняютстроевые действия переступанием	задания.Выполняютстроевые действия
3.Включениеизученногов систему знаний	Выполнение комплекса упражнений с гантелями.Переноска гимнастическогоконяикозла,матов на расстояние до 15 м	Выполняют упражнений с гантелями меньшее количество раз	Выполняют упражнения с гантелями
4. Применение знаний и умений в новойситуации.Контроль усвоениязнаний	Выполнение прыжка согнув ноги через козла, коня в ширину	Выполняютнаскоквстойку на коленях	Выполняютопорныйпрыжок ноги врозь через козла, коня в ширину с помощьюучителя
5. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: упражнения комплекса для формирования правильной осанки	Выполняют 3-4 упражнения комплекса	Выполняют комплекс упражнений
6.Рефлексия(подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности по вопросам учителя	Оцениваютрезультатсвоей деятельностисамостоятельно

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Упражнения для пространственно-временной дифференцировки и точности движений

Цель	Развитие и коррекция двигательных функций		
Задачи	· Коррекционно-образовательные: восполнить дефицит двигательной активности с учётом конкретного дефекта. · Коррекционно-развивающие: дифференцировать пространственные параметры движения · Коррекционно-воспитательные: формировать морально-волевые качества		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания. Выполнение построения в колонну по два, соблюдая заданное расстояние	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности). Выполняют построение в колонну по два, соблюдая заданное расстояние (по ориентирам)	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют построение в колонну по два, соблюдая заданное расстояние

3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение прыжка в длину с места на заданное расстояние без предварительной отметки	Выполняют упражнения для развития точности движений; выполняют упражнения для развития пространственно–временной дифференцировки по прямому указанию учителя. Прыгают в длину с места на заданное расстояние с предварительной отметки	Выполняют упражнения для развития пространственно–временной дифференцировки, ориентируясь на образец выполнения учителем
4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний	Передача набивного мяча сидя, стоя из одной руки в другую над головой	Передают набивной мяч сидя, стоя из одной руки в другую над головой меньшее количество повторений	Передают набивной мяч сидя, стоя из одной руки в другую над головой

5. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнить 2-3 упражнения	Повторить зародителем 1-2 упражнения	Самостоятельно выполнить 2-3 упражнения
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок 32

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6

Материально-техническое обеспечение	Фишки, конусы		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Упражнения для пространственно-временной дифференцировки и точности движений		
Цель	Развитие и коррекция двигательных функций		
Задачи	· Коррекционно-образовательные: восполнить дефицит двигательной активности с учётом конкретного дефекта. · Коррекционно-развивающие: дифференцировать пространственные параметры движения . · Коррекционно-воспитательные: формировать морально-волевые качества		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Построение в шеренгу. Приветствие	Строятся под контролем учителя в шеренгу и приветствуют учителя	Самостоятельно находят своё место в строю и приветствуют учителя
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания. Выполнение построения в колонну по два, соблюдая заданное расстояние	Демонстрируют выполнение домашнего задания (по возможности). Выполняют построение в колонну по два, соблюдая заданное расстояние (по ориентирам)	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют построение в колонну по два, соблюдая заданное расстояние

3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение прыжка в длину с места на заданное расстояние без предварительной отметки	Выполняют упражнения для развития точности движений; выполняют упражнения для развития пространственно–временной дифференцировки по прямому указанию учителя. Прыгают в длину с места на заданное расстояние с предварительной отметки	Выполняют упражнения для развития пространственно–временной дифференцировки, ориентируясь на образец выполнения учителем
4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний	Передача набивного мяча сидя, стоя из одной руки в другую над головой	Передают набивной мяч сидя, стоя из одной руки в другую над головой меньшее количество повторений	Передают набивной мяч сидя, стоя из одной руки в другую над головой
5. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выполнить 2-3 упражнения	Повторить зародителем 1-2 упражнения	Самостоятельно выполнить 2-3 упражнения
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности, используя цветные карточки

Урок33

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	6		
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Техника безопасности и правила поведения на уроках лыжной подготовкой. Одновременный бесшажный ход		
Цель	Освоение техники передвижения на лыжах		
Задачи	Коррекционно-образовательные: повторить правила поведения и технику безопасности на занятиях лыжным спортом, закрепить строевые действия и команды с лыжами, закрепить технику передвижения на лыжах Коррекционно-развивающие: развивать координационные способности Коррекционно-воспитательные: формировать сознательное отношение к выполнению упражнений, воспитывать коллективизм, взаимопомощь, самостоятельность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	Беседа о правилах обращения с лыжным инвентарем и техники безопасности на занятиях лыжной подготовкой. Организация проверки домашнего задания	Слушают инструктаж, отвечают на вопросы учителя с опорой на визуальный план. Смотрят показ с объяснением безопасного передвижения лыжами под	Слушают инструктаж, участвуют в беседе, отвечают на вопросы учителя. Смотрят показ с объяснением безопасного передвижения лыжами под

		рукой и на плече. Демонстрируют готовность к уроку	рукой и на плече. Самостоятельно подбирают лыжный инвентарь
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение строевых команд и приемов с лыжами и на лыжах. Выполнение строевых действий с лыжами. Передвижение скользящим шагом по лыжне. Освоение техники одновременного бесшажного хода	Выполняют строевые действия с лыжами. Совершенствуют технику выполнения строевых команд и приемов. Смотрят показ с объяснением техники одновременного бесшажного хода и выполняют передвижение на лыжах	Выполняют строевые действия с лыжами. Совершенствуют технику выполнения строевых команд и приемов. Смотрят показ с объяснением техники одновременного бесшажного хода и выполняют передвижение на лыжах
4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний	Уход за инвентарем	Очищают инвентарь от снега с помощью	Очищают инвентарь от снега
5. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: подготовиться к занятиям по лыжной подготовке	Готовят одежду и лыжный инвентарь для занятий	Готовят одежду и лыжный инвентарь для занятий
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 34

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6

Материально-техническое обеспечение	Лыжныйинвентарь		
Типурока	Уроксистематизациизнаний(общеметодологическойнаправленности)		
Тема	Одновременныйдвухшажныйход		
Цель	Совершенствованиетехникипередвиженияналыжах		
Задачи	Коррекционно- образовательные:освоение техники передвижения одновременным двухшажным ходом, закрепить технику одновременного бесшажного хода Коррекционно- развивающие: развивать координационные способности, выносливости Коррекционно- воспитательные: формировать сознательное отношение к выполнению упражнений, воспитывать коллективизм, взаимопомощь, самостоятельность		
Этапыурока	Содержаниедеятельности		
	Деятельностьучителя	Деятельностьобучающихся	
		Минимальныйуровень	Достаточныйуровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдаетрапортидокладываето готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение строевых команд и приемов с лыжами и на лыжах	Демонстрируют готовность к уроку.Выполняют строевые действия с лыжами	Самостоятельно подбирают лыжный инвентарь.Выполняют строевые действия с лыжами

3. Включение изученного в систему знаний	Закрепление способа передвижения попеременным двухшажным ходом на лыжах.Передвижение одновременным бесшажным ходом.Освоение техники	Передвигаются попеременным двухшажным и одновременным бесшажным ходом. Смотрят показ с объяснением техники одновременного двухшажного хода и выполняют	Передвигаются попеременным двухшажным и одновременным бесшажным ходом.Смотрят показ с объяснением техники одновременного двухшажного хода и выполняют передвижение на
--	---	--	---

	одновременного двухшажного хода	передвижение на лыжах	лыжах
4.Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	Уход за инвентарем	Очищают инвентарь от снега с помощью	Очищают инвентарь от снега
5. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста	Отвечают на 2-3 вопроса теста	Проходят тестирование
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 35

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь

Типурока	Уроксистематизациизнаний(общеметодологическойнаправленности)
Тема	Одновременныйдвухшажныйход
Цель	Совершенствованиетехникипередвиженияналыжах
Задачи	Коррекционно- образовательные: освоение техники передвижения одновременным двухшажным ходом, закрепить технику одновременного бесшажного ходаКоррекционно- развивающие: развивать координационные способности, выносливостиКоррекционно-воспитательные: формировать

	сознательное отношение к выполнению упражнений, воспитывать коллективизм, взаимопомощь, самостоятельность		
Этапыурока	Содержаниедеятельности		
	Деятельностьучителя	Деятельностьобучающихся	
		Минимальныйуровень	Достаточныйуровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдаетрапортидокладываето готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение строевых команд и приемов с лыжами и на лыжах	Демонстрируют готовность к уроку.Выполняют строевые действия с лыжами	Самостоятельно подбирают лыжный инвентарь.Выполняют строевые действия с лыжами

3. Включение изученного в систему знаний	Закрепление способа передвижения попеременным двухшажным ходом на лыжах. Передвижение одновременным бесшажным ходом. Освоение техники одновременного двухшажного хода	Передвигаются попеременным двухшажным и одновременным бесшажным ходом. Смотрят показ с объяснением техники одновременного двухшажного хода и выполняют передвижение на лыжах	Передвигаются попеременным двухшажным и одновременным бесшажным ходом. Смотрят показ с объяснением техники одновременного двухшажного хода и выполняют передвижение на лыжах
4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний	Уход за инвентарем	Очищают инвентарь от снега с помощью	Очищают инвентарь от снега
5. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста	Отвечают на 2-3 вопроса теста	Проходят тестирование

6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно
----------------------------------	--	--	---

Урок 36

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)

Тема	Поворотмахомнаместе		
Цель	Освоение техники выполнения способов поворота на лыжах		
Задачи	Коррекционно-образовательные: закрепить технику выполнения поворота на месте махом назад кнаружи Коррекционно-развивающие: развивать координацию движений, выносливость Коррекционно-воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручки, доброжелательного отношения друг к другу		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания. Выполнение поворота махом на лыжах	Отвечают на вопросы учителя по тесту. Выполняют поворот махом на месте на лыжах по	Отвечают на вопросы учителя по тесту. Выполняют поворот

		инструкции и показа учителя	махом на месте на лыжах
3. Включение изученного в систему знаний	Закрепление изученных способов передвижения на лыжах. Передвижение попеременным и одновременным двухшажным ходом	Передвигаются попеременным бесшажным ходом по возможности	Выполняют передвижение на лыжах изученными ходами

4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний	Уход за инвентарем	Очищают инвентарь от снега с помощью	Очищают инвентарь от снега
5. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по способам поворотов на лыжах	Отвечают на 1-2 вопроса теста	Проходят тестирование
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 37

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Поворот махом на месте

Цель	Освоение техники выполнения способов поворота на лыжах
------	--

Задачи	Коррекционно- образовательные: закрепить технику выполнения поворота на месте махом назад к наружи Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений, выносливость Коррекционно- воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручки, доброжелательного отношения друг к другу		
Этапыурока	Содержаниедеятельности		
	Деятельностьучителя	Деятельностьобучающихся	
		Минимальныйуровень	Достаточныйуровень
1.Организационныйэтап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация кучебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение поворота махом на лыжах	Отвечают на вопросы учителяпо тесту.Выполняют поворот махом на месте на лыжах по инструкции и показа учителя	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Выполняют поворот махом на месте на лыжах
3.Включениеизученногов систему знаний	Закрепление изученных способов передвижения на лыжах.Передвижение попеременным и одновременным двухшажным ходом	Передвигаютсяпопеременными одновременным бесшажным ходом по возможности	Выполняют передвижение на лыжах изученными ходами
4. Применение знаний и умений в новойситуаци и.Контроль усвоениязнаний	Уходзаинвентарем	Очищаютинвентарьотснегас помощью	Очищают инвентарь от снега
5.Информацияодомашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросытестапоспособам	Отвечаютна1-2вопросатеста	Проходяттестирование

	поворотовналыжах		
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 38

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	6		
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Комбинированное торможение лыжами и палками		
Цель	Освоение техники комбинированного торможения лыжами и палками		
Задачи	Коррекционно-образовательные: закрепить технику комбинированного торможения, закрепить способы передвижения на лыжах Коррекционно-развивающие: развивать координацию движений, ловкость Коррекционно-воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручку, доброжелательного отношения друг к другу		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	

2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания. Инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона	Отвечают на вопросы учителя по тесту. Слушают инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона	Отвечают на вопросы учителя по тесту. Проводят инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона
3. Включение изученного в систему знаний	Демонстрация техники комбинированного торможения. Освоение способа торможения на лыжах	Смотрят показ с объяснением. Осваивают технику торможения после инструкции и неоднократного показа учителем, ориентируясь на образец выполнения обучающимися из 2 группы	Смотрят показ с объяснением техники выполнения торможения. Осваивают технику торможения. Выполняют комбинированное торможение лыжами и палками
4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний	Передвижение попеременным и одновременным двухшажным ходом	Передвигаются на лыжах изученными способами	Передвигаются на лыжах изученными способами
5. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона	Отвечают на 1-2 вопроса теста	Проходят тестирование
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	6		
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Комбинированное торможение лыжами и палками		
Цель	Освоение техники комбинированного торможения лыжами и палками		
Задачи	Коррекционно-образовательные: закрепить технику комбинированного торможения, закрепить способы передвижения на лыжах Коррекционно-развивающие: развивать координацию движений, ловкость Коррекционно-воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручку, доброжелательного отношения друг к другу		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	

2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания. Инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона	Отвечают на вопросы учителя по тесту. Слушают инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона	Отвечают на вопросы учителя по тесту. Проводят инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона
3. Включение	Демонстрация техники	Смотрят показ с	Смотрят показ с объяснение

изученного в систему знаний	комбинированного торможения. Освоение способа торможения на лыжах	объяснением. Осваивают технику торможения после инструкции и неоднократного показа учителем, ориентируясь на образец выполнения обучающимися из 2 группы	техники выполнения торможения. Осваивают технику торможения. Выполняют комбинированное торможение лыжами и палками
4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний	Передвижение попеременным и одновременным двухшажным ходом	Передвигаются на лыжах изученными способами	Передвигаются на лыжах изученными способами
5. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона	Отвечают на 1-2 вопроса теста	Проходят тестирование
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок40

Предмет	Адаптивнаяфизическаякультура
Класс	6
Материально-техническоеобеспечение	Лыжныйинвентарь
Типурока	Уроксистематизациизнаний(общеметодологическойнаправленности)
Тема	Обучениеправильномупадениюприпрохождениииспусков

Цель	Закреплениетехникииспусковсосклона,подъёмовналыжах		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить технику подъёма и спусков со склона, закрепить способы передвижения на лыжахКоррекционно- развивающие: развивать координацию движений, выносливостьКоррекционно- воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручки, доброжелательного отношения друг к другу		
Этапыурока	Содержаниедеятельности		
	Деятельностьучителя	Деятельностьобучающихся	
		Минимальныйуровень	Достаточныйуровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурныйсдаётрапортидокладываетоготовностиуроку,освобождённых от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Слушают инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Проводят инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона

3. Включение изученного в систему знаний	Сохранение равновесия при спуске со склона в высокой стойке, демонстрацию изученной техники подъема. Обучение правильному падению при прохождении спусков	Выполняют подъем ступаящим шагом, «ёлочкой», спуск с высокой стойке. Осваивают технику правильного падения при прохождении спусков (по возможности)	Выполняют подъем «лесенкой», «ёлочкой», спуск в средней и высокой стойке. Осваивают технику правильного падения при прохождении спусков
4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний	Уход за инвентарем	Очищают инвентарь от снега с помощью	Очищают инвентарь от снега
5. Информация о	Инструктаж о выполнении	Отвечают на 1-2 вопроса теста	Проходят тестирование

домашнем задании, о его выполнении	домашнего задания: ответить на вопросы теста по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона		
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 41

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь

Типурока	Уроксистематизациизнаний(общеметодологическойнаправленности)		
Тема	Повторноепередвижениевбыстромтемпенаотрезках40-60м		
Цель	Совершенствованиетехникипередвиженияналыжахнакороткихотрезкахвбыстромтемпе		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить технику выполнения комбинированное торможение на лыжах, закрепить способы передвижения на лыжахКоррекционно- развивающие: развивать координацию движений, выносливостьКоррекционно- воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручки, доброжелательного отношения друг к другу		
Этапыурока	Содержаниедеятельности		
	Деятельностьучителя	Деятельностьобучающихся	
		Минимальныйуровень	Достаточныйуровень
1.Организационныйэтап	Приветствие учителя.Проверка	Дежурныйдаетрапортидокладываеготововностикуроку,	

	готовностик уроку	освобожденныхотзанятия.Приветствуютучителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация кучебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Тренировочные упражнения на комбинированное торможение на лыжах	Отвечают на вопросы учителя по тесту.Осваивают комбинированное торможение лыжами и палками (по возможности)	Отвечают на вопросыучителя по тесту.Выполняют комбинированное торможение лыжами и палками
3. Включение изученного в систему знаний	Прохождениеналыжах отрезковна скорость	Передвигаются в быстром темпе на отрезке от 30- 40 м	Передвигаются в быстром темпе на отрезке от 40- 60 м
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоениязнаний	Уходзаинвентарем	Очищаютинвентарьотснегас помощью	Очищаютинвентарьотснега

5. Информация одомашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по способам передвижения на лыжах	Отвечают на 1-2 вопроса теста	Проходят тестирование
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 42

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь

Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)	
Тема	Повторное передвижение в быстром темпе на отрезках 40-60 м	
Цель	Совершенствование техники передвижения на лыжах на коротких отрезках в быстром темпе	
Задачи	Коррекционно-образовательные: повторить технику выполнения комбинированное торможение на лыжах, закрепить способы передвижения на лыжах Коррекционно-развивающие: развивать координацию движений, выносливость Коррекционно-воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручку, доброжелательного отношения друг к другу	
Этапы урока	Содержание деятельности	
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся

		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания. Тренировочные упражнения на комбинированное торможение на лыжах	Отвечают на вопросы учителя по тесту. Осваивают комбинированное торможение лыжами и палками (по возможности)	Отвечают на вопросы учителя по тесту. Выполняют комбинированное торможение лыжами и палками
3. Включение изученного в систему знаний	Прохождение на лыжах отрезков на скорость	Передвигаются в быстром темпе на отрезке от 30- 40 м	Передвигаются в быстром темпе на отрезке от 40- 60 м
4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний	Уход за инвентарем	Очищают инвентарь от снега с помощью	Очищают инвентарь от снега
5. Информация о домашнем задании, его	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на	Отвечают на 1-2 вопроса теста	Проходят тестирование

выполнению	вопросы теста по способам передвижения на лыжах		
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 43

Предмет	Адаптивная физическая культура
---------	--------------------------------

Класс	6		
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Повторное передвижение в быстром темпе по кругу 100-150 м		
Цель	Совершенствование техники передвижения на лыжах		
Задачи	Коррекционно-образовательные: повторить технику выполнения поворота махом на лыжах, закрепить способы передвижения на лыжах на коротких отрезках в быстром темпе Коррекционно-развивающие: развивать координацию движений, скоростную выносливость Коррекционно-воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручки, доброжелательного отношения друг к другу		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	

2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания	Отвечают на вопросы учителя по тесту	Отвечают на вопросы учителя по тесту
--	--	--------------------------------------	--------------------------------------

3. Включениеизученного в систему знаний	Повторное прохождение налыжах на отрезках на скорость.Инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона	Проходятна скоростьотрезокна времяот100-150м(девочки-1раз, мальчики-2 раза).Слушают инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона	Проходят на скорость отрезок на времяот100-150м(девочки-3-5 раз,мальчики-5-7 раз).Слушают инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона
4. Применение знаний и умений в новой ситуации.Контроль усвоениязнаний	Сохранение равновесия при спуске со склона в высокой стойке, закрепление изученной техники подъема	Выполняютспусксо склонав высокой стойке	Выполняютспусксо склонав средней стойке
5. Информация о домашнем задании, о еговыполнению	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по способам передвижения на лыжах	Отвечаютна1-2вопросатеста	Проходяттестирование
6.Рефлексия(подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок44

Предмет	Адаптивнаяфизическаякультура
Класс	6
Материально-	Лыжныйинвентарь

техническоеобеспечение	
------------------------	--

Типурока	Уроксистематизациизнаний(общеметодологическойнаправленности)		
Тема	Повторноепередвижениевбыстромтемпепокругу100-150м		
Цель	Совершенствованиетехникипередвиженияналыжах		
Задачи	Коррекционно- образовательные:повторить техникувыполнения поворота махом на лыжах, закрепить способы передвижения на лыжах на коротких отрезках в быстром темпе Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений, скоростную выносливость Коррекционно- воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручки, доброжелательного отношения друг к другу		
Этапыурока	Содержаниедеятельности		
	Деятельностьучителя	Деятельностьобучающихся	
		Минимальныйуровень	Достаточныйуровень
1.Организационныйэтап	Приветствие учителя.Проверка готовности к уроку	Дежурныйсдаётрапортидокладываетоготовностиуроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания	Отвечаютнавопросыучителя по тесту	Отвечают на вопросы учителя по тесту
3. Включениеизученного в систему знаний	Повторное прохождение налыжах отрезков на скорость.Инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона	Проходятнаскоростьотрезокна времяот100-150м(девочки-1раз, мальчики-2 раза).Слушают инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона	Проходят на скорость отрезок на времяот100-150м(девочки-3-5 раз,мальчики-5-7 раз).Слушают инструктаж по соблюдению техники безопасности во время спуска со склона
4.Применениезнанийи умений в новой	Сохранение равновесия при спуске со склона в высокой	Выполняютспусксосклонав высокой стойке	Выполняютспусксосклонав средней стойке

ситуации.Контроль усвоения знаний	стойке, закрепление изученной техники подъема		
5. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по способам передвижения на лыжах	Отвечают на 1-2 вопроса теста	Проходят тестирование
6.Рефлексия(подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 45

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Игры на лыжах: «Пятнашки простые», «Самый меткий»
Цель	Совершенствование техники передвижения на лыжах в игровой деятельности
Задачи	Коррекционно-образовательные: закрепить способы передвижения на лыжах в игровой деятельности Коррекционно-развивающие: развивать координацию движений, ловкость, меткость Коррекционно-воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручку, доброжелательного отношения друг к другу
Этапы урока	Содержание деятельности

	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания. Инструктаж по соблюдению техники безопасности во время проведения игр	Отвечают на вопросы учителя по тесту. Слушают инструктаж по соблюдению техники безопасности во время игр	Отвечают на вопросы учителя по тесту. Проводят инструктаж по соблюдению техники безопасности во время игр
3. Включение изученного в систему знаний	Освоение техники изученных способов передвижения в игровой деятельности	Слушают правила игры. Игры на лыжах (по возможности)	Слушают правила игры. Игры на лыжах по инструкции учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний	Уход за инвентарем	Очищают инвентарь от снега с помощью	Очищают инвентарь от снега
5. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по лыжной подготовке	Отвечают на 1-2 вопроса теста	Проходят тестирование
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Предмет	Адаптивная физическая культура
---------	--------------------------------

Класс	6		
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Игры на лыжах: «Переставь флажок», «Попади в круг», «Кто быстрее», «Следи за сигналом»		
Цель	Совершенствование техники передвижения на лыжах в игровой деятельности		
Задачи	Коррекционно-образовательные: закрепить способы передвижения на лыжах в игровой деятельности Коррекционно-развивающие: развивать координацию движений, ловкость, Коррекционно-воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручку, доброжелательного отношения друг к другу		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний. Мотивация учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания. Инструктаж по соблюдению техники безопасности во время проведения игр	Отвечают на вопросы учителя по тесту. Слушают инструктаж по соблюдению техники безопасности во время игр	Отвечают на вопросы учителя по тесту. Проводят инструктаж по соблюдению техники безопасности во время игр

3. Включение изученного в систему знаний	Освоение техники изученных способов передвижения в игровой деятельности	Слушают правила игры. Игры на лыжах (по возможности)	Слушают правила игры. Игры на лыжах по инструкции учителя
4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль	Уход за инвентарем	Очищают инвентарь от снега с помощью	Очищают инвентарь от снега

усвоения знаний			
5. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по лыжной подготовке	Отвечают на 1-2 вопроса теста	Проходят тестирование
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 47

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Прохождение на лыжах за урок от 1,5 км

Цель	Совершенствование техники изученных способов передвижения на лыжах при прохождении лыжной дистанции	
Задачи	Коррекционно-образовательные: закрепить изученные способы передвижения на лыжах Коррекционно-развивающие: развивать координацию движений, выносливость Коррекционно-воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручки, доброжелательного отношения друг к другу	
Этапы урока	Содержание деятельности	
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся

		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает о готовности к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания. Беседа о правилах поведения соревнований на лыжах	Отвечают на вопросы учителя по тесту. Слушают правила проведения соревнований по лыжным гонкам, отвечают на вопросы учителя	Отвечают на вопросы учителя по тесту. Участвуют в беседе по правилам проведения лыжных соревнований
3. Включение изученного в систему знаний	Прохождение дистанции на лыжах за урок	Проходят дистанцию без учета времени 500 м	Проходят дистанцию 1,5 км без учета времени
4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний	Уход за инвентарем	Очищают инвентарь от снега с помощью	Очищают инвентарь от снега

6. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по правилам соревнований	Отвечают на 2-3 вопроса теста	Проходят тестирование
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 48

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6

Материально-техническое обеспечение	Лыжный инвентарь		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Прохождение на лыжах за урок от 1,5 км		
Цель	Совершенствование техники изученных способов передвижения на лыжах при прохождении лыжной дистанции		
Задачи	Коррекционно-образовательные: закрепить изученные способы передвижения на лыжах Коррекционно-развивающие: развивать координацию движений, выносливость Коррекционно-воспитательные: развивать нравственные качества: взаимовыручки, доброжелательного отношения друг к другу		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	

		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Приветствие учителя. Проверка готовности к уроку	Дежурный сдает рапорт и докладывает готовность к уроку, освобожденных от занятия. Приветствуют учителя	
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания. Беседа о правилах поведения соревнований на лыжах	Отвечают на вопросы учителя по тесту. Слушают правила проведения соревнований по лыжным гонкам, отвечают на вопросы учителя	Отвечают на вопросы учителя по тесту. Участвуют в беседе по правилам проведения лыжных соревнований
3. Включение изученного в систему знаний	Прохождение дистанции на лыжах за урок	Проходят дистанцию без учета времени 500 м	Проходят дистанцию 1,5 км без учета времени
4. Применение знаний и умений в новой	Уход за инвентарем	Очищают инвентарь от снега с помощью	Очищают инвентарь от снега

ситуации. Контроль усвоения знаний			
5. Информация о домашнем задании, его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: ответить на вопросы теста по правилам соревнований	Отвечают на 2-3 вопроса теста	Проходят тестирование
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности с опорой на вопросы учителя	Оценивают результат своей деятельности самостоятельно

Урок 49

Предмет	Адаптивная физическая культура
---------	--------------------------------

Класс	6	
Материально-техническое обеспечение	Ракетки,мячидлянастольноготенниса	
Типурока	Урокоткрытияновыхзнаний	
Тема	Инструктаж по ТБ на уроках спортивных играх. Техника отбивания мяча то одной, то другой сторонойракетки	
Цель	Формированиенавыкавладениямячомвнастольномтеннисе	
Задачи	Коррекционно- образовательные:познакомиться с техникой отбивания мяча ракеткой, закрепить навыки владения мячом в учебной игре.Коррекционно- развивающие: развивать точность движений, ловкостиКоррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, сознательность	
Этапыурока	Содержаниедеятельности	
	Деятельностьучителя	Деятельностьобучающихся

		Минимальныйуровень	Достаточныйуровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Беседа по ТБ, санитарно-гигиенические требования к занятиям спортивными играми	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на визуальный план (с использованием системы игровых, сенсорных поощрений)	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Отвечают на вопросы по прослушанному материалу

3. Открытие новых знаний	Жонглирование теннисным мячом, выполнение отбивания мяча стороной ракетки, передвижение, выполнение ударов со стандартных положений	Выполняют прием и передачу мяча теннисной ракеткой по возможности	Выполняют прием и передачу мяча теннисной ракеткой
4. Первичное закрепление материала	Выполнение игровых заданий с теннисным мячом	Дифференцируют разновидности ударов (по возможности)	Дифференцируют разновидности ударов
5. Включение в систему знаний и повторение	Учебная игра на столы теннис	Участвуют в игре	Играют в учебную игру
6. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Выдача домашнего задания: сгибание и разгибание рук, в упоре лежа на бедрах не отрывая коленей от пола. - 2х 17 (м) 2х 14(д)	Выполняют двигательное упражнение 8 (м) ,5 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок50

Предмет	Адаптивнаяфизическаякультура		
Класс	6		
Материально-техническое обеспечение	Ракетки,мячидлянастольноготенниса		
Типурока	Урокоткрытияновыхзнаний		
Тема	Правильнаястойкатеннисиста,техникакороткойидлиннойподачимяча		
Цель	Формированиенавыкавлadenиямячомвнастольномтеннисе		
Задачи	Коррекционно- образовательные: познакомиться со стойкой теннисиста, повторить элементы техники владения мячом и ракеткой, закрепить навыки владения мячом в учебной игре.Коррекционно-развивающие: развивать точность движений, ловкостиКоррекционно- воспитательные: воспитывать дисциплинированность, сознательность		
Этапыурока	Содержаниедеятельности		
	Деятельностьучителя	Деятельностьобучающихся	
		Минимальныйуровень	Достаточныйуровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение ходьбы и бега.Выполнение комплексаупражненийв	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют ходьбу и бег опираясь на образец выполненияобучающегося2	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют ходьбу и бег по инструкции учителя.Выполняютупражнения

	движении	группы.Выполняют3-4упражнения	попоказуучителя
3. Открытие новыхзнаний	Определениеназванияподачи	Выполняют правильную стойку теннисиста и подачу мяча (по возможности)	Выполняют правильную стойку теннисиста и подачу мяча
4. Первичное закрепление материала	Выполнение подачи мяча, принимая правильное исходное положение	Дифференцируют разновидности подач(по возможности)	Дифференцируютразновидности подач
5. Включение в систему знаний и повторение	Учебная игра в настольный теннис	Участвуютвигре	Играютвучебнуюигру
6. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Выдача домашнего задания: сгибание и разгибание рук, в упорележаанабедряхнеотрывая коленей от пола. - 2х 17 (м) 2х 14(д)	Выполняют двигательное упражнение 8 (м) ,5 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок51

Предмет	Адаптивнаяфизическаякультура
Класс	6

Материально-техническое обеспечение	Ракетки, мячи для настольного тенниса
Тип урока	Урок открытия новых знаний

Тема	Техника отбивания мяча над столом, занимая дальше от него		
Цель	Формирование навыка владения мячом в настольном теннисе		
Задачи	Коррекционно-образовательные: повторить стойку теннисиста, закрепить навыки владения мячом в учебной игре. Коррекционно-развивающие: развивать точность движений, ловкости. Коррекционно-воспитательные: воспитывать дисциплинированность, сознательность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту. Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю. Сдают рапорт
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания. Выполнение ходьбы и бега. Выполнение комплекса упражнений в движении	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют ходьбу и бег опираясь на образец выполнения обучающегося 2 группы. Выполняют 3-4 упражнения	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют ходьбу и бег по инструкции учителя. Выполняют упражнения по показу учителя
3. Открытие новых знаний	Повторение техники отбивания мяча	Выполняют отбивание мяча (по возможности)	Выполняют отбивание мяча

4. Первичное закрепление материала	Выполнение правильной стойки теннисиста	Осваивают стойку теннисиста	Принимают правильную стойку теннисиста
5. Включение в систему знаний и повторение	Учебная игра в настольный теннис	Участвуют в игре	Играют в учебную игру
6. Информация о	Выдача домашнего задания:	Выполняют двигательное	Самостоятельно выполняют

домашнем задании, о его выполнении	сгибание и разгибание рук, в упоре лежа на бедрах не отрывая коленей от пола. - 2х 17 (м) 2х 14(д)	упражнение 8(м), 5(д) раз	двигательное упражнение
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 52

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Ракетки, мячи для настольного тенниса
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)

Тема	Правила соревнований по настольному теннису. Учебная игра настольный теннис		
Цель	Ознакомление с правилами игры в настольный теннис		
Задачи	Коррекционно-образовательные: повторить стойку теннисиста, закрепить навыки владения мячом в учебной игре. Коррекционно-развивающие: развивать точность движений, ловкости. Коррекционно-воспитательные: воспитывать дисциплинированность, сознательность		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту. Приветствие. Сдача	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю. Сдают рапорт

	рапорта		
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания. Ознакомление с правилами соревнований по настольному теннису	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Рассматривают видеоматериал по теме «Правила соревнований по настольному теннису» с помощью учителя	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Рассматривают видеоматериал по теме «Правила соревнований по настольному теннису»
3. Включение изученного в систему знаний	Жеребьевка на игру	Формирование пар для игры с помощью педагога	Распределение по результатам жеребьевки

4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний	Одиночная игра Концентрирование внимания во время игры	Играют в одиночные игры(по возможности)	Играют в одиночные игры
4. Информация о домашнем задании, его выполнении	Выдача домашнего задания: выпрыгивание из глубокого приседа 10-12 раз	Выполняют двигательное упражнение 7 (м) ,5 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение 2 серии по 8(д)-12(м) раз
5. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 53

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Волейбольные мячи

Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Волейбол. Нижняя прямая подача
Цель	Ознакомление с техникой нижней прямой подачи

Задачи	Коррекционно- образовательные: познакомить с техникой нижней прямой подачи, повторить стойку волейболиста, закрепить навыки владения мячом.Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений, ловкостьКоррекционно- воспитательные: формировать интерес к занятиям физической культурой, чувства ответственности		
Этапыурока	Содержаниедеятельности		
	Деятельностьучителя	Деятельностьобучающихся	
		Минимальныйуровень	Достаточныйуровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятсявшеренгуподконтролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение ходьбы и бега.Выполнение комплекса упражнений в движении	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют ходьбу и бег опираясь на образец выполненияобучающегося2 группы.Выполняют3-4упражнения	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют ходьбу и бег по инструкции учителя.Выполняют упражнения по показу учителя
3. Открытие новых знаний	Совершенствование техники нижней прямой подачи	Смотрятпоказс объяснениемтехнике правильного выполнения нижней прямой подачи.Выполняют техники нижней прямой подачи по инструкции учителя	Смотрят показ с объяснением технике правильного выполнения нижней прямой подачи.Выполняют техники нижней прямой подачи по инструкции учителя
4. Первичное закрепление	Совершенствованиестойкиво время выполнения нижней	Выполняютстойкувовремянижней прямой подачи по неоднократной	Выполняют стойку во время нижней прямой подачи по

материала	прямой подачи	инструкции и показу учителя. обучающимися из более сильной группы	неоднократной
5. Включение в систему знаний и повторение	Выполнение нижней прямой подачи	Выполняют нижнюю прямую подачу по инструкции учителя и ориентируясь на образец выполнения	Выполняют нижнюю прямую подачу
6. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Выдача домашнего задания: выпрыгивание из глубокого приседа 10-12 раз	Выполняют двигательное упражнение 7 (м) ,5 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение 2 серии по 8(д)-12(м) раз
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 54

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Волейбольные мячи
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Передача мяча сверху и снизу двумя руками после перемещений
Цель	Ознакомление с техникой передачи мяча сверху и снизу двумя руками

Задачи	Коррекционно- образовательные: познакомить техникой передачи мяча сверху и снизу двумя руками, повторить стойку волейболиста, закрепить навыки владения мячом Коррекционно- развивающие: развивать координацию движений, ловкость Коррекционно- воспитательные: формировать интерес к занятиям физической культурой, чувства ответственности
--------	---

Этапыурока	Содержаниедеятельности		
	Деятельностьучителя	Деятельностьобучающихся	
		Минимальныйуровень	Достаточныйуровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятсявшеренгуподконтролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение ходьбы и бега	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют ходьбу и бег опираясь на образец выполнения обучающегося 2группы	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют ходьбу и бег по инструкции учителя
3. Открытие новых знаний	Выполнение комплекса упражнений в движении	Выполняют3-4упражнения	Выполняют упражнения по показу учителя
4. Первичное закрепление материала	Совершенствование техники выполнения передачи мяча сверху и снизу двумя руками после перемещений	Принимаютипередаютмячсверху и снизу в парах на месте	Принимают и передают мяч сверху и снизу в парах после перемещений

5. Включение в систему знаний и повторение	Выполнение нижней прямой подачи	Выполняют нижнюю прямую подачу по инструкции учителя и ориентируясь на образец выполнения	Выполняют нижнюю прямую подачу
6. Информация о домашнем задании, его выполнении	Выдача домашнего задания: выпрыгивание из глубокого приседа 10-12 раз	Выполняют двигательное упражнение 7 (м) ,5 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение 2 серии по 8(д)-12(м) раз
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок55

Предмет	Адаптивнаяфизическаякультура		
Класс	6		
Материально-техническоеобеспечение	Волейбольныемячи		
Типурока	Урокоткрытияновыхзнаний		
Тема	Приемипередачамячанадсобойсверхуиснизу		
Цель	Ознакомлениестехникойприемаипередачимячанадсобойсверхуиснизу		
Задачи	Коррекционно- образовательные: познакомить техникой передачи мяча сверху и снизу двумя руками, повторить стойку волейболиста, закрепить навыки владения мячомКоррекционно- развивающие: развивать координацию движений, ловкостьКоррекционно- воспитательные: формировать интерес к занятиям физической культурой, чувства ответственности		
Этапыурока	Содержаниедеятельности		
	Деятельностьучителя	Деятельностьобучающихся	
		Минимальныйуровень	Достаточныйуровень
1.Организационныйэтап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятсявшеренгуподконтролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение ходьбы и бега	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют ходьбу и бег опираясь на образец выполнения обучающегося 2 группы	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют ходьбу и бег по инструкции учителя
3. Открытие новых	Выполнение комплекса	Выполняют3-4упражнения	Выполняют упражнения по

знаний	упражнений в движении		показу учителя
4. Первичное закрепление материала	Выполнение приема и передачи мяча над собой сверху и снизу	Выполняют прием и передача мяча над собой сверху и снизу	Выполняют прием и передача мяча над собой сверху и снизу
5. Включение в систему знаний и повторение	Выполнение нижней прямой подачи	Выполняют нижнюю прямую подачу по инструкции учителя и ориентируясь на образец выполнения	Выполняют нижнюю прямую подачу
6. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Выдача домашнего задания: выпрыгивание из глубокого приседа 10-12 раз	Выполняют двигательное упражнение 7 (м) ,5 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение 2 серии по 8(д)-12(м) раз
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 56

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Волейбольные мячи
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Прыжки с места и с шага в высоту и длину (2-3 серии прыжков по 5-10 прыжков за урок). Учебная игра в волейбол
Цель	Освоение техники владения мячом в игре волейбол

Задачи	Коррекционно-образовательные:познакомитьтехникипередачимячасверхуиснизудвумяруками,
--------	---

	повторить стойку волейболиста, закрепить навыки владения мячом в игровой деятельностиКоррекционно- развивающие: развивать координацию движений, ловкостьКоррекционно-воспитательные: формировать интерес к занятиям физической культурой, чувства ответственности		
Этапыурока	Содержаниедеятельности		
	Деятельностьучителя	Деятельностьобучающихся	
		Минимальныйуровень	Достаточныйуровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятсявшеренгуподконтролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнениеходьбыи бега	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют ходьбу и бег опираясь на образец выполнения обучающегося 2 группы	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют ходьбу и бег по инструкции учителя
3. Открытие новыхзнаний	Выполнение комплекса упражнений в движении	Выполняют3-4упражнения	Выполняют упражнения по показу учителя
4. Первичное закреплениематериала	Сочетание работу рук, ног в прыжках у сетки.Закрепление правил перехода по площадке	Прыгают вверх с места и с шага, у сетки (1-2 серии прыжков по 5-5 прыжков за урок)	Прыгают вверх с места и с шага, у сетки
5.Включениевсистему знаний и повторение	Выполнение игровые действий соблюдая правила игры	Выполняют переход по площадке, играют в учебную игру (по возможности)	Выполняют переход по площадке, играют в учебную игру

6. Информация о домашнем задании, его выполнении	Выдача домашнего задания: выпрыгивание из глубокого приседа 10-12 раз	Выполняют двигательное упражнение 7 (м) ,5 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение 2 серии по 8(д)-12(м) раз
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 57

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	6		
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, набивной мяч весом 1 кг, секундомер		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Бег на короткую дистанцию 60 м с низкого старта		
Цель	Развитие двигательных качеств посредством бега на короткую дистанцию		
Задачи	Коррекционно-образовательные: совершенствовать технику низкого старта, повторить специально-беговые упражнения, закрепить броски набивного мяча. Коррекционно-развивающие: развивать двигательные качества — быстроту, координацию. Коррекционно-воспитательные: формировать интерес к занятиям физической культурой, чувства ответственности, дисциплинированности, организованности и самостоятельности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту. Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю. Сдают рапорт
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания. Выполнение беговых упражнений	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют специально-беговые упражнения	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют специально-беговые упражнения.

3. Открытие новых знаний	Выполнение ходьбы группами наперегонки.Выполнение перепрыгиваний через набивные мячи	Выполняют ходьбу группами наперегонки. Выполняют перепрыгивания через набивныемячи(расстояние80-100см, длина 4 метра)	Выполняют ходьбу наперегонки.Выполняют перепрыгивания через набивные мячи (расстояние 80-100см, длина5 метров)
4. Первичное закрепление материала	Выполнение бега с высокого старта, стартовый разбега и старта из различных исходных положений	Выполняют бег с высокого старта, стартовый разбега и старта из различных исходных положений	Выполняют бег с низкого старта, стартовый разбега и старта из различных исходных положений
5.Включениевсистему знаний и повторение	Выполнениеметаниямячавполна дальность отскока	Выполняют метание мяча в пол на дальность отскока	Выполняют метание мяча в пол на дальность отскока
6. Информация о домашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: выпрыгивание из глубокого приседа - 15р (м), 10р (д)	Выполняют двигательное упражнение 6 (м) ,4 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок58

Предмет	Адаптивнаяфизическаякультура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры,мячидляметания,секундомер
Типурока	Урокоткрытияновыхзнаний

Тема	Бег на средние дистанции (400 м)
Цель	Развитие скоростной выносливости

Задачи	Коррекционно-образовательные: совершенствовать технику бега на среднюю дистанцию, повторить технику беговых упражнений, закрепить технику метания мяча. Коррекционно-развивающие: развивать способность чувствовать темп бега . Коррекционно-воспитательные: формировать интерес к занятиям физической культурой, чувства ответственности, дисциплинированности, организованности и самостоятельности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту. Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю. Сдают рапорт
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания. Выполнение беговых упражнений	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют специально-беговые упражнения	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют специально-беговые упражнения.
3. Открытие новых знаний	Выполнение ходьбы на отрезках от 100 до 200 м	Проходят отрезки от 100 до 200 м	Проходят отрезки от 100 до 200 м
4. Первичное закрепление материала	Выполнение бега на среднюю дистанцию	Выполняют кроссовый бег на дистанцию 200 м	Выполняют кроссовый бег на дистанцию 400 м

5.Включениевсистему знаний и повторение	Выполнениеметаниямалогомяча на дальность с места (коридор 10 м)	Выполняют метание малого мяча на дальность с места (коридор 10м)	Выполняют метание малого мяча на дальность с 3 шагов разбега (коридор 10м)
6. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Инструктаж о выполнении домашнего задания: выпрыгивание из глубокого приседа - 15р (м), 10р (д)	Выполняют двигательное упражнение 6 (м) ,4 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
7.Рефлексия(подведение	Подведение итогов, оценка	Выбирают рисунок, который	Выбирают рисунок, который

итогов)	деятельностиобучающихся	соответствуетихнастроению	соответствуетихнастроению
---------	-------------------------	---------------------------	---------------------------

Урок59

Предмет	Адаптивнаяфизическаякультура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры,мячидляметания,секундомер
Типурока	Урокоткрытияновыхзнаний
Тема	Прыжоквдлинуспоногоразбега
Цель	Развитиекоординациидвижений

Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать навык прыжка в длину с разбега, п технику беговых упражнений, закрепить технику метания мяча.Коррекционно- развивающие: развивать способность чувствовать темп бега .Коррекционно- воспитательные: формировать интерес к занятиям физической культурой, чувства ответственности, дисциплинированности, организованности и самостоятельности		
Этапыурока	Содержаниедеятельности		
	Деятельностьучителя	Деятельностьобучающихся	
		Минимальныйуровень	Достаточныйуровень
1.Организационныйэтап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие.Сдачарапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация кучебной деятельности	Организацияпроверкидомашнего задания.Выполнение беговых упражнений	Демонстрируют выполнение домашнегозадания.Выполняют специально-беговые упражнения	Демонстрируют выполнение домашнегозадания.Выполняют специально-беговые упражнения.

3.Открытиеновыхзнаний	Выполнение бега 60 м с ускорением и на время	Бегут60мсускорениемина время	Бегут60мсускорениемина время
4.Первичноезакреплениема териала	Выполнение упражнений в подборе разбега для прыжков в длину	Выполняютпрыжоквдлину с 3-5 шагов разбега	Выполняютпрыжоквдлину с полного разбега
5. Включение в системузнаний и повторение	Выполнение метания надальность из-за головы через плечо с 4-6 шагов разбега	Выполняют метание на дальность из-за головы через плечо с 4-6 шагов разбега	Выполняют метание на дальность из-за головы через плечо с 4-6 шагов разбега

6. Информация о домашнем задании, его выполнению	Выдача домашнего задания: сгибание и разгибание рук в упоре стоя. - 2х17 (м) 2х14 (д)	Выполняют двигательное упражнение 6 (м) ,4 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 60

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, мячи для метания, секундомер
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Прыжок в длину с полного разбега
Цель	Развитие координации движений
Задачи	Коррекционно-образовательные: формировать навык прыжка в длину с разбега, технику беговых упражнений, закрепить технику метания мяча. Коррекционно-развивающие: развивать

	способность чувствовать темп бега. Коррекционно-воспитательные: формировать интерес к занятиям физической культурой, чувства ответственности, дисциплинированности, организованности и самостоятельности
Этапы урока	Содержание деятельности

	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту. Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю. Сдают рапорт
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания. Выполнение беговых упражнений	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют специально-беговые упражнения	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют специально-беговые упражнения.
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение бега 60 м с ускорением и на время	Бегут 60 м с ускорением на время	Бегут 60 м с ускорением на время
4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний	Выполнение упражнений в подборе разбега для прыжков в длину	Выполняют прыжок в длину с 3-5 шагов разбега	Выполняют прыжок в длину с полного разбега
5. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Выдача домашнего задания: сгибание и разгибание рук в упоре стоя. - 2х17 (м) 2х14 (д)	Выполняют двигательное упражнение 6 (м) , 4 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок61

Предмет	Адаптивнаяфизическаякультура		
Класс	6		
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры,набивноймячвесом2-3кг,секундомер		
Типурока	Уроксистематизациизнаний(общеметодологическойнаправленности)		
Тема	Толканиенабивногомячавесомдо2-3кгсместанадальность		
Цель	Развитиедвигательныхкачествпосредствомметаниянабивногомяча		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторить технику метания набивного мяча, повторить беговые упражнения, закрепить технику бега на короткой дистанции.Коррекционно- развивающие: развивать двигательные качества — ловкость, быстроту, координацию.Коррекционно- воспитательные: формировать интерес к занятиям физической культурой, чувства ответственности, дисциплинированности, организованности и самостоятельности		
Этапыурока	Содержаниедеятельности		
	Деятельностьучителя	Деятельностьобучающихся	
		Минимальныйуровень	Достаточныйуровень
1.Организационныйэтап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Проверка домашнего задания.Выполнение беговых упражнений	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют специально-беговые упражнения	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют специально-беговые упражнения.
3. Включение изученного всистему знаний	Выполнение бега 60 м с ускорением и на время	Выполняютбегнаотрезкес ускорением 40 м	Бегут60мсускорениемина время

4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний	Выполнение броска набивного мяча, согласовывая движения рук и туловища	Бросают набивной мяч из положения сидя (весом 1 кг)	Бросают набивной мяч из различных исходных положений (весом 2-3 кг)
5. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Выдача домашнего задания: сгибание и разгибание рук в упоре стоя. - 2х17 (м) 2х14 (д)	Выполняют двигательное упражнение 8 (м) ,6 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 62

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	6		
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, мячи для тенниса		
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)		
Тема	Метание теннисного мяча на дальность		
Цель	Формирование навыков метания теннисного мяча на дальность		
Задачи	Коррекционно-образовательные: повторять технику выполнения метания мяча на дальность , закреплять технику выполнения бега на короткую дистанцию Коррекционно-развивающие: развивать мелкую моторику рук, координацию движений Коррекционно-воспитательные: формировать честность, доброжелательное отношение к товарищам		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	

		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту. Приветствие	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений	Выполняют построение в шеренгу, в колонну по команде учителя, ориентируясь на зрительно- пространственные опоры
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания. Выполнение построений в шеренгу и перестроение в колонну	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют перестроения ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют перестроения по указанию учителя
3. Включение изученного в систему знаний	Выполнение бега на дистанции 40 м (3-6 раза) за урок, на 60 м – 3 раза. Выполнение упражнений в подбеге разбега для прыжков в длину	Выполнение бега на дистанции 40 м (2-4 раза) за урок, на 60 м – 1 раз. Выполняют прыжок в длину с 3-5 шагов разбега	Выполнение бега на дистанции 40 м (3-6 раза) за урок, на 60 м – 3 раза. Выполняют прыжок в длину с полного разбега
4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний	Метание теннисного мяча на дальность с полного разбега по коридору 10 м	Выполняют метание малого мяча на дальность с места (коридор 10 м)	Выполняют метание малого мяча на дальность с полного разбега (коридор 10 м)
5. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Выдача домашнего задания: выполнить 3-4 упражнений для укрепления мышц туловища	Выполняют 1-2 упражнения для укрепления мышц туловища	Выполняют 3-4 упражнения для укрепления мышц туловища
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты

Урок63

Предмет	Адаптивнаяфизическаякультура		
Класс	6		
Материально-техническоеобеспечение	Ориентиры,мячидлятенниса		
Типурока	Уроксистематизациизнаний(общеметодологическойнаправленности)		
Тема	Метаниетеннисногомячанадальность		
Цель	Формированиенавыкаметаниятеннисногомячанадальность		
Задачи	Коррекционно- образовательные: повторять технику выполнения метания мяча на дальность , закреплять технику выполнения бега на короткую дистанциюКоррекционно- развивающие: развивать мелкую моторику рук, координацию движенийКоррекционно- воспитательные: формировать честность, доброжелательное отношение к товарищам		
Этапыурока	Содержаниедеятельности		
	Деятельностьучителя	Деятельностьобучающихся	
		Минимальныйуровень	Достаточныйуровень
1.Организационныйэтап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие	Фиксируют внимание и воспринимают расположение зрительных пространственных опор- ориентиров для выполнения построений и перестроений	Выполняют построение в шеренгу,вколоннупокоманде учителя, ориентируясь на зрительно- пространственные опоры

2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания. Выполнение построений в шеренгу и перестроение в колонну	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют перестроения ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют перестроения по указанию учителя
3. Включение изученного	Выполнение бега на дистанции	Выполнение бега на дистанции 40	Выполнение бега на дистанции

в систему знаний	40 м (3-6 раз) за урок, на 60 м – 3 раз. Выполнение упражнений в подбеге разбега для прыжков в длину	м (2-4 раз) за урок, на 60 м – 1 раз. Выполняют прыжок в длину с 3-5 шагов разбега	40 м (3-6 раз) за урок, на 60 м – 3 раз. Выполняют прыжок в длину с полного разбега
4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний	Метание теннисного мяча на дальность с полного разбега по коридору 10 м	Выполняют метание малого мяча на дальность с места (коридор 10 м)	Выполняют метание малого мяча на дальность с полного разбега (коридор 10 м)
5. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Выдача домашнего задания: выполнить 3-4 упражнения для укрепления мышц туловища	Выполняют 1-2 упражнения для укрепления мышц туловища	Выполняют 3-4 упражнения для укрепления мышц туловища
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты	Оценивают результат своей деятельности, используя жесты

Урок 64

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6

Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, мячи для метания, секундомер
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Ходьба на скорость 15-20 мин. в различном темпе с изменением шага
Цель	Развитие выносливости
Задачи	Коррекционно-образовательные: формировать умения ходить в различном темпе и во время ходьбы не задерживать дыхание, закрепить технику метания мяча Коррекционно-развивающие: развивать функцию дыхания и кровообращения, опорно-двигательного аппарата. Коррекционно-

	воспитательные: формировать интерес к занятиям физической культурой, чувства ответственности, дисциплинированности, организованности и самостоятельности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту. Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю. Сдают рапорт
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания	Демонстрируют выполнение домашнего задания	Демонстрируют выполнение домашнего задания
3. Включение изученного в систему знаний	Ходьба на скорость 15-20 мин. в различном темпе с изменением шага	Идут на скорость 10-15 мин. в различном темпе с изменением шага	Идут на скорость 15-20 мин. в различном темпе с изменением шага

4. Применение знаний и умений в новой ситуации. Контроль усвоения знаний	Метание мяча с полного разбега на дальность в коридор 10 м	Осваивают метание малого мяча на дальность с места (коридор 10 м)	Выполняют метание малого мяча на дальность с места (коридор 10 м)
5. Информация о домашнем задании, о его выполнении	Выдача домашнего задания: сгибание и разгибание рук в упоре стоя. - 2х17 (м) 2х14 (д)	Выполняют двигательное упражнение 6 (м) ,4 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок 65

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, мячи для метания, секундомер
Тип урока	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
Тема	Ходьба на скорость 15-20 мин. в различном темпе с изменением шага
Цель	Развитие выносливости
Задачи	Коррекционно-образовательные: формировать умения ходить в различном темпе и во время ходьбы не задерживать дыхание, закрепить технику метания мяча Коррекционно-развивающие: развивать функцию дыхания и кровообращения, опорно-двигательного аппарата. Коррекционно-воспитательные: формировать интерес к занятиям физической культурой, чувства ответственности, дисциплинированности, организованности и самостоятельности

Этапыурока	Содержаниедеятельности		
	Деятельностьучителя	Деятельностьобучающихся	
		Минимальныйуровень	Достаточныйуровень
1.Организационныйэтап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организацияпроверкидомашнего задания	Демонстрируютвыполнение домашнего задания	Демонстрируютвыполнение домашнего задания
3. Включение изученного в систему знаний	Ходьба на скорость 15-20 мин. в различном темпе с изменениемшага	Идут на скорость 10-15 мин. в различном темпе с изменением шага	Идут на скорость 15-20 мин. в различном темпе с изменением шага
4. Применение знаний и	Метаниемячасполногоразбегана	Осваиваютметание малого	Выполняютметаниемалого

умений в новой ситуации.Контроль усвоения знаний	дальностьвкоридор10м	мячанадальностьсместа (коридор 10 м)	мячанадальностьсместа (коридор 10 м)
5. Информация о домашнемзадании, о его выполнении	Выдача домашнего задания: сгибание и разгибание рук в упоре стоя. - 2х17 (м) 2х14 (д)	Выполняют двигательное упражнение 6 (м) ,4 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбираютрисунок,который соответствуетихнастроению

Предмет	Адаптивная физическая культура
Класс	6
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, мячи для метания, секундомер
Тип урока	Урок открытия новых знаний
Тема	Эстафета 4*60 м
Цель	Ознакомление с техникой передачи эстафетной палочки
Задачи	Коррекционно-образовательные: формировать навык эстафетного бега, повторить технику беговых упражнений, закрепить технику метания мяча. Коррекционно-развивающие: развивать способность чувствовать темп бега . Коррекционно-воспитательные: формировать интерес к занятиям физической культурой, чувства ответственности, дисциплинированности, организованности и самостоятельности
Этапы урока	Содержание деятельности

	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень
1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту. Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю. Сдают рапорт
2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания. Выполнение беговых упражнений	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют специально-беговые упражнения	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют специально-беговые упражнения.
3. Открытие новых знаний	Освоение техники передачи эстафетной палочки	Выполняют эстафетный бег этапами до 30 м	Пробегают эстафету (4*60 м)

4.Первичноезакреплениема териала	Выполнениеэстафетногобега	Выполняют передачу эстафетной палочки	Выполняютэстафету
5. Включение в системузнаний и повторение	Выполнение метания надальность из-за головы через плечо с 4-6 шагов разбега	Выполняют метание на дальность из-за головы через плечо с 4-6 шагов разбега	Выполняют метание на дальность из-за головы через плечо с 4-6 шагов разбега
6. Информация о домашнем задании, о еговыполнению	Выдача домашнего задания: сгибаниеиразгибаниеруквупоре стоя. - 2х17 (м) 2х14 (д)	Выполняют двигательное упражнение 6 (м) ,4 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
7.Рефлексия(подведение итога)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

Урок67

Предмет	Адаптивнаяфизическаякультура
Класс	6

Материально-техническое обеспечение	Ориентиры,мячидляметания,секундомер
Типурока	Уроксистематизациизнаний(общеметодологическойнаправленности)
Тема	Эстафета4*60 м
Цель	Ознакомлениестехникойпередачизэстафетнойпалочки

Задачи	Коррекционно- образовательные: формировать навык эстафетного бега, повторить технику беговых упражнений, закрепить технику метания мяча.Коррекционно- развивающие: развивать способность чувствовать темп бега .Коррекционно- воспитательные: формировать интерес к занятиям физической культурой, чувства ответственности, дисциплинированности, организованности и самостоятельности		
Этапыурока	Содержаниедеятельности		
	Деятельностьучителя	Деятельностьобучающихся	
		Минимальныйуровень	Достаточныйуровень
1.Организационныйэтап	Построение в шеренгу по росту.Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю.Сдают рапорт
2. Актуализация знаний.Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания.Выполнение беговых упражнений	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют специально-беговые упражнения	Демонстрируют выполнение домашнего задания.Выполняют специально-беговые упражнения.
3. Включение изученного всистему знаний	Освоение техники передачи эстафетнойпалочки.Выполнение эстафетного бега	Выполняютэстафетныйбегс этапами до 30 м	Пробегаютэстафету(4*60 м)
4. Применение знаний иумений в новой	Выполнение метания на дальность из-за головы через	Выполняют метание на дальностьиз-заголовичерез	Выполняют метание на дальностьиз-заголовичерез

ситуации.Контроль усвоения знаний	плечос4-6шаговразбега	плечос4-6шаговразбега	плечос4-6шаговразбега
5.Информацияодомашнем задании, о его выполнению	Выдача домашнего задания: сгибание и разгибание рук в упоре стоя. - 2х17 (м) 2х14 (д)	Выполняют двигательное упражнение 6 (м) ,4 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение

6. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению
----------------------------------	--	---	---

Урок 68

Предмет	Адаптивная физическая культура		
Класс	6		
Материально-техническое обеспечение	Ориентиры, мячи для метания, секундомер		
Тип урока	Урок открытия новых знаний		
Тема	Кроссовый бег до 2000 м		
Цель	Ознакомление с техникой кроссового бега		
Задачи	Коррекционно-образовательные: формировать технику бега на длинной дистанции, повторить технику беговых упражнений, закрепить технику метания мяча. Коррекционно-развивающие: развивать способность чувствовать темп бега . Коррекционно-воспитательные: формировать интерес к занятиям физической культурой, чувства ответственности, дисциплинированности, организованности и самостоятельности		
Этапы урока	Содержание деятельности		
	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	
		Минимальный уровень	Достаточный уровень

1. Организационный этап	Построение в шеренгу по росту. Приветствие. Сдача рапорта	Строятся в шеренгу под контролем учителя	Находят свое место в строю. Сдают рапорт
-------------------------	---	--	--

2. Актуализация знаний. Мотивация к учебной деятельности	Организация проверки домашнего задания. Выполнение беговых упражнений	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют специально-беговые упражнения	Демонстрируют выполнение домашнего задания. Выполняют специально-беговые упражнения.
3. Открытие новых знаний	Ознакомление с тактикой бега на длинной дистанции	Бегут кросс на дистанции 1,5 км	Бегут кросс на дистанции 2 км
4. Первичное закрепление материала	Выполнение метания на дальность из-за головы через плечо с 4-6 шагов разбега	Выполняют метание на дальность из-за головы через плечо с 4-6 шагов разбега	Выполняют метание на дальность из-за головы через плечо с 4-6 шагов разбега
5. Включение в систему знаний и повторение	Метание мяча на дальность	Произвольно метают мяч	Метают на результат
6. Информация о домашнем задании, его выполнению	Выдача домашнего задания: сгибание и разгибание рук в упоре стоя. - 2х17 (м) 2х14 (д)	Выполняют двигательное упражнение 6 (м) , 4 (д) раз	Самостоятельно выполняют двигательное упражнение
7. Рефлексия (подведение итогов)	Подведение итогов, оценка деятельности обучающихся	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению	Выбирают рисунок, который соответствует их настроению

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

1. Российская электронная школа (РЭШ) — интерактивные уроки.
2. Библиотека цифрового образовательного контента (ЦОК) — материалы, проверенные экспертами.