

БЕКІТЕМІН:

КЕЛІСЕМІН:

ӘБ ОТЫРЫСЫННА

УТВЕРЖДАЮ:

Ио директора

Коваленко Т.Н.

«31» августа 2022

СОГЛАСОВАНО:

Оку ісінің меңгерушісі

зам.директора УВР

Коваленко Т.Н.

«31» августа 2022

ҚАРАЛДЫ:

РАССМОТРЕНО

НА ЗАСЕДАНИИ МО

Хаттама № 1

Протокол №

«31» августа 2022

ТАҚЫРЫПТЫҚ КҮНТІЗБЕ ЖОСПАРЫ

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

САБАҚТАР

УРОКОВ: Физическая культура

СЫНЫП

КЛАСС 7

МҮҒАЛІМ

УЧИТЕЛЬ: Мурадилов Н.С.

САҒАТ САНЫ

КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ: 104

АПТАСЫНА

В НЕДЕЛЮ: 3

ЛИЦА С ОСОБЫМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМИ ПОТРЕБНОСТЯМИ: Тлеубай Батырхан Айдарович

Пояснительная записка

Когда мы говорим о доступной среде жизнедеятельности для детей с ограниченными возможностями здоровья, то предполагаем, в том числе, доступность к духовной жизни и достижениям науки. В реализации образования очень важно, чтобы дети с ограниченными возможностями здоровья могли посещать учебные заведения, учреждения дополнительного образования, спортивные залы. В системе мер социальной защиты этих детей все большее значение приобретают активные формы. К ним относятся реабилитация и социальная адаптация средствами физической культуры и спорта. Среди основных целей и задач государственной политики в области реабилитации и социальной адаптации инвалидов средствами физической культуры и спорта стоит создание условий для занятий физической культурой и спортом и формирования потребностей в этих занятиях.

Существует много проблем в образовании, с которыми сталкиваются дети-инвалиды и их родители.

Цели и задачи программы

Программа «Адаптивная физкультура» направлена на коррекцию физического развития детей с ограниченными возможностями здоровья, реабилитацию двигательных функций организма.

Цель

программы:

- Развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья.

Задачи программы:

- Обеспечение развития и тренировки всех систем и функций организма ребёнка через оптимальные физические нагрузки

- Формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков

- Содействие воспитанию нравственно-волевых качеств, развитию коммуникативной и познавательной деятельности

- Воспитание бережного отношения к своему здоровью, формирование потребности в систематических занятиях физическими упражнениями, устойчивой мотивации к здоровому образу жизни.

Задачи программы

Образовательные задачи:

1. Освоение системы знаний, необходимой для сознательного освоения двигательных умений и навыков.

2. Формирование и развитие жизненно необходимых двигательных умений и навыков.

3. Обучение технике правильного выполнения физических упражнений.
4. Формирование навыка ориентировки в схеме собственного тела, в пространстве.

Развивающие задачи:

1. Развитие двигательных качеств (быстроты, ловкости, гибкости, выносливости, точности движений, мышечной силы, двигательной реакции).
2. Формирование и совершенствование двигательных навыков прикладного характера.
3. Развитие пространственно-временной дифференцировки.
4. Обогащение словарного запаса.

Оздоровительные и коррекционные задачи:

1. Укрепление и сохранение здоровья, закаливание организма учащихся.
2. Активизация защитных сил организма ребёнка.
3. Повышение физиологической активности органов и систем организма.
4. Укрепление и развитие сердечно-сосудистой и дыхательной системы.
5. Коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата (нарушение осанки, сколиозы, плоскостопия).
6. Коррекция и компенсация нарушений психомоторики (преодоление страха, замкнутого пространства, высоты, нарушение координации движений, завышение или занижение самооценки).
7. Коррекция и развитие общей и мелкой моторики.
8. Обеспечение условий для профилактики возникновения вторичных отклонений в состоянии здоровья школьников.

Воспитательные задачи:

1. Воспитание в детях чувства внутренней свободы, уверенности в себе, своих силах и возможностях.
2. Воспитание нравственных и морально-волевых качеств и навыков осознанного отношения к самостоятельной деятельности, смелости, настойчивости.
3. Воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями.
4. Формирование у учащихся осознанного отношения к своему здоровью и мотивации к здоровому образу жизни.

Формы и методы работы

К специфическим принципам работы по программе «Адаптивная физкультура» относятся:

1. Создание мотивации;
2. Согласованность активной работы и отдыха;
3. Непрерывность процесса;
4. Необходимость поощрения;
5. Социальная направленность занятий;
6. Активизации нарушенных функций;
7. Сотрудничество с родителями;
8. Воспитательная работа.

Ожидаемый результат: повышение реабилитационного потенциала детей с ОВЗ через коррекцию физического развития. Развитие и поддержание интереса занятиями адаптивной физкультурой как образа жизни. В ходе реализации программы оценивается уровень физического развития, развитие координации движений.

Формами подведения итогов реализации программы являются:

- включенное наблюдение за обучающимися в процессе учебно-тренировочных занятий;
- проверка выполнения отдельных упражнений;
- выполнение установленных для каждого индивидуально заданий.

Средства, используемые при реализации программы:

1. физические упражнения;
2. корригирующие упражнения;
3. коррекционные подвижные игры, элементы спортивных игр;
4. материально-технические средства адаптивной физической культуры: спортивные тренажеры, спортивный инвентарь;
5. наглядные средства обучения.

Способы организации детей на занятии – фронтальный, поточный, индивидуальный. На занятиях с детьми, имеющими нарушения зрения, используются все методы обучения, однако, учитывая особенности восприятия ими учебного материала, есть некоторые различия в приёмах. Они изменяются в зависимости от физических возможностей ребёнка, запаса знаний и умений, наличия предыдущего зрительного и двигательного опыта, навыка пространственной ориентировки, умения пользоваться остаточным зрением.

Остановимся на некоторых из них:

Метод практических упражнений основан на двигательной деятельности воспитанников. Чтобы совершенствовать у детей с нарушенным зрением определённые умения и навыки, необходимо многократное повторение изучаемых движений (больше, чем нормально видящим). Учитывая трудности восприятия учебного материала, ребёнок с нарушением зрения нуждается в особом подходе в процессе обучения: в

подборе упражнений, которые вызывают доверие, ощущение безопасности, комфортности и надёжной страховки. Необходимо выделить следующие направления использования метода практических упражнений:

- выполнение упражнения по частям, изучая каждую фазу движения отдельно, а затем объединяя их в целое;
- выполнение движения в облегчённых условиях;
- выполнение движения в усложнённых условиях (например, использование дополнительных отягощений - гантели 0,5кг, сужение площади опоры при передвижении и т.д.);
- использование сопротивлений (упражнения в парах, с резиновыми амортизаторами и т.д.);
- использование ориентиров при передвижении (звуковые, осязательные, обонятельные и др.);
- использование имитационных упражнений,
- подражательные упражнения,
- использование при ходьбе, беге лидера,
- использование страховки, помощи и сопровождения, которые дают уверенность ребёнку при выполнении движения,
- использование изученного движения в сочетании с другими действиями (например: ведение мяча в движении с последующим броском в цель и др.);
- изменение исходных положений для выполнения упражнения (например, сгибание и разгибание рук в упоре лёжа от гимнастической скамейки или от пола);
- изменение внешних условий выполнения упражнений (на повышенной опоре, на мяче и т.д.);
- изменение в процессе выполнения упражнений таких характеристик как темп, ритм, скорость, направление движения, амплитуда, траектория и т.д.,
- изменение эмоционального состояния (бег в эстафетах, в подвижных играх, выполнение упражнений с речитативами, различным музыкальным сопровождением и др.)

Метод дистанционного управления (относится к методу слова), он предполагает управление действиями ребёнка на расстоянии посредством команд;

Метод наглядности занимает особое место, наглядность является одной из специфических особенностей использования методов обучения в процессе ознакомления с предметами и действиями.

Метод стимулирования двигательных действий.

Анализ и оценка выполнения движений способствует сознательному выполнению физических упражнений. Правильность выполнения оценивается путём наблюдения и указаний, анализа в процессе

занятия. Начинать занятия можно с любого периода, учитывая индивидуальные особенности детей. Использовать программу адаптивной физической культуры можно и в других возрастных группах, меняя дозировку, нагрузку, подбирая упражнения и игры с учетом психофизиологических особенностей детей.

Планируемые результаты:

- повышение реабилитационного потенциала через коррекцию физического развития. Развитие и поддержание интереса занятиями адаптивной физкультурой как образом жизни.

В ходе реализации программы оценивается уровень физического развития, развитие координации движений.

Формами подведения итогов реализации программы являются:

- включенное наблюдение за обучающимися в процессе занятий;
- проверка выполнения отдельных упражнений;
- выполнение установленных заданий.

Для более успешной и эффективной работы по программе устанавливаются связи с сотрудниками Центра и родителями. Программа «Адаптивная физкультура» включает методические рекомендации по ЛФК и разделы образовательной программы «Общая физическая подготовка», для детей с особыми образовательными потребностями.

К специфическим принципам работы по программе «Адаптивная физкультура» относятся:

1. Создание мотивации;
2. Согласованность активной работы и отдыха;
3. Непрерывность процесса;
4. Необходимость поощрения;
5. Социальная направленность занятий;
6. Активизации нарушенных функций;
7. Сотрудничество с родителями;
8. Воспитательная работа.

Содержание программы

Раздел 1. Основы теоретических знаний

Среди теоретических знаний, предлагаемых в программе, можно выделить вопросы по истории физической культуры и спорта, личной гигиене, основам организации и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями. В свою очередь, материал по способам двигательной деятельности предусматривает обучение школьников элементарным умениям самостоятельно контролировать физическое развитие и физическую подготовленность, оказывать доврачебную помощь при легких травмах. Овладение этими умениями соотносится в программе с освоением школьниками соответствующего содержания практических и теоретических разделов. К формам организации занятий по физической культуре в начальной школе относятся разнообразные уроки физической культуры, физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного

дня и самостоятельные занятия физическими упражнениями. Для более качественного освоения предметного содержания настоящей программы рекомендуется уроки физической культуры подразделять на три типа: с образовательно-познавательной, образовательно-предметной и образовательно-тренировочной направленностью.

Раздел 2. Профилактика заболеваний и травм рук

При утрате нижних конечностей или недостатке из работы, компенсируя утрату подвижности и силы ног, компенсаторно развивается плечевой пояс. В то же время постоянная опора на руки предрасполагает к заболеваниям и травмам. Они вызываются в большинстве случаев мышечным перенапряжением, несбалансированностью движений разных групп мышц и потерей их эластичности. Как известно, любое движение в суставе обязано работе двух противодействующих групп мышц, называемых мышцами-антагонистами. Например, разгибание локтевого сустава требует одновременного сокращения трицепса и растяжения бицепса, а сгибание руки в локте — наоборот. Мышечная несбалансированность как раз и возникает, когда мышцы-антагонисты развиты не в равной степени. Это ставит под угрозу целостность суставов и усиливает риск получить другие травмы, в том числе растяжение сухожилий.

Раздел 3. Дыхательные упражнения

Болезни органов дыхания относят к наиболее частой патологии. При этих заболеваниях не только развиваются соответствующие изменения в дыхательных путях и легочной ткани, но и существенным образом изменяется функция дыхания, а также наблюдаются нарушения деятельности других органов и систем. Всем известно, что важным средством тренировки дыхательного аппарата являются дыхательные упражнения. На своих уроках адаптивной физической культуры, чтобы достичь высокой эффективности и экономичности дыхательного аппарата при выполнении упражнений, я использую метод управления дыханием. Нужно, чтобы каждая фаза дыхания (вдох или выдох) строго соответствовала определенной фазе движения. Задача сложная, но необходимая.

Под специальными навыками понимается:

1. умение управлять актами вдоха и выдоха по длительности и скорости их выполнения, т.е. произвольно удлинять или укорачивать, ускорять или замедлять вдох и выдох;
2. хорошее владение навыком прерывистого дыхания;
3. умение задерживать дыхание на определенное время;
4. умение воспроизводить заданную величину жизненной емкости легких, т.е. произвольно управлять объемом вдоха и выдоха;
5. владение навыками различных типов дыхания — грудным, брюшным или диафрагмальным и смешанным.

Раздел 4. Упражнения на координацию

Упражнения на координацию позволяют постепенно и всесторонне подойти к вопросу освоения пространства и умения координировать свои действия в этом пространстве. А тренировка сознания позволяет подготовить прочную базу для изучения более сложных комплексов и медитативных упражнений. Кроме общеоздоровительного эффекта, стимуляции деятельности нервной системы, сохранения гибкости суставов и укрепления мышц, упражнения на равновесие и координацию способствуют выработке устойчивости при опоре на малую площадь, что невозможно без внутреннего спокойствия и сосредоточенности.

Раздел 5. Упражнения на мышцы брюшного пресса

Сильные и хорошо развитые мышцы живота имеют не только эстетическое значение. Слабые и дряблые мускулы не выдерживают давления внутренних органов, особенно при натуживании, что приводит к нарушению осанки. На животе легко откладывается жир, усугубляя все негативные последствия, вызванные слабостью брюшной стенки. Тренированные же мышцы обеспечивают фиксацию внутренних органов, правильную осанку, красивый внешний вид, а также способствуют эффективному выполнению профессиональной деятельности, связанной с физическими нагрузками.

Раздел 6. Упражнения на гибкость

«Запас гибкости» (а точнее сказать, «резервная растяжимость»), позволяет в пределах соблюдаемой амплитуды движения свести к минимуму сопротивление растягиваемых мышц, благодаря чему движения выполняются без излишнего напряжения, более экономично.

Кроме того, резервная растяжимость служит гарантией против травм.

Физиологическое значение упражнений на растягивание заключается в том, что при достижении и удержании определенной «растянутой» позы в мышцах активизируются процессы кровообращения и обмена веществ. Упражнения на подвижность в суставах позволяют сделать мышцы более эластичными и упругими (повысить «не метаболическую» силу), увеличивают мобильность суставов.

Это способствует повышению координации движений, увеличивает работоспособность мышц, улучшает переносимость нагрузок и обеспечивает, как уже говорилось выше, профилактику травматизма.

Поскольку при растягивающих упражнениях улучшается кровообращение мышц, данный вид упражнений является эффективным средством, ускоряющим процессы восстановления после объемных и скоростно-силовых нагрузок, за счет удаления из организма продуктов метаболического обмена (шлаков).

Раздел 7. Элементы спортивных игр

Необходимо включать в разработку программы адаптивной физической культуры элементы спортивных игр.

Выполнение элементарных движений:

- подачи и передачи мяча в волейболе;
- отбивание мяча кулаком, коленями, здоровой ногой в футболе
- метание мяча на дальность и меткость и др.

№	ФИО	класс	диагноз	Методические Рекомендации По обучению	Обучение по программе	примечание
1	Глеубай Батырхан	7		Индивидуальный подход в виде сокращения учебной программы вариативность в оценке учебных достижений	Обучение по программе 7 класса	Психолого- педагогическое сопровождение в школе

Календарно-тематическое планирование

Физическая культура 7 класс

Итого 109 часов, в неделю 3 часа.

№ п/п	Раздел/Связные темы	Темы урока	Цель обучения	Количество по часам	Сроки
1 четверть 25 ч					
1	1 Раздел. Обучение навыкам бега, прыжкам и метаниям	Техника безопасности	7.3.4.1 - определять потенциальную опасность и риски в различных контекстах физической активности, направленных на укрепление здоровья	1	02.09.22
2		Бег на короткие дистанции	7.3.4.1 - определять потенциальную опасность и риски в различных контекстах физической активности, направленных на укрепление здоровья	1	05.09.22
3		Техника безопасности	7.3.5.1 - понимать требования к физической подготовке организма при выполнении упражнений различных физических нагрузок и их влияние на энергетическую систему организма по внешним и внутренним признакам	1	06.09.22
4		Бег на короткие дистанции	7.3.3.1 - понимать требования к физической подготовке организма при выполнении упражнений различных физических нагрузок и их влияние на энергетическую систему организма по внешним и внутренним признакам	1	08.09.22
5		Бег на средние и длинные дистанции	7.1.2.1 - совершенствовать и обеспечивать комбинации движений и их последовательность при выполнении различных физических упражнений	1	13.09.22
6	2 Раздел. Прыжки и их разновидности	Прыжки и их разновидности	7.1.2.1 - совершенствовать и обеспечивать комбинации движений и их последовательность при выполнении различных физических упражнений	1	15.09.22
7		Броски и удержание разланных снарядов	7.1.1.1 - совершенствовать двигательные навыки для развития точности, контроля и маневренности в широком диапазоне спортивного - специфических двигательных действий	1	15.09.22
8		Броски и метание разланных снарядов	7.1.1.1 - совершенствовать двигательные навыки для развития точности, контроля и маневренности в широком диапазоне спортивной - специфических двигательных действий	1	20.09.22
9	3 Раздел. Модификация эстафетного бега	Модификация эстафетного бега	7.3.5.1 - определять знания и навыки для обогащения опыта физических упражнений других людей	1	20.09.22

10	Модификация эстафетного бега	7.2.5.1 - определять значение и навыки для обозначения опыта физических упражнений других людей	1	22.09.22	
11	Улучшение технических норм	7.1.1.1 - совершенствовать двигательные навыки для развития точности, контроля и маневренности в широком диапазоне спортивно - специфических двигательных действий;	1	27.09.22	
12	Улучшение техники игры	7.1.3.1 - совершенствовать и обобщать навыки и последовательность движений при выполнении спортивно-специфических техник	1	27.09.22	
13	Улучшение техники игры	7.1.3.1 - совершенствовать и обобщать навыки и последовательность движений при выполнении спортивно-специфических техник	1	29.09.22	
14	Улучшение техники игры	7.1.3.1 - совершенствовать и обобщать навыки и последовательность движений при выполнении спортивно-специфических техник	1	04.10.22	
15	Тактика и тактические действия в спортивных играх	7.1.2.1 - совершенствовать и обобщать комбинации движений и их последовательность при выполнении различных физических упражнений	1	04.10.22	
16	Тактика и тактические действия в спортивных играх	7.1.2.1 - совершенствовать и обобщать комбинации движений и их последовательность при выполнении различных физических упражнений;	1	06.10.22	
17-19	Лидерские навыки и навыки работы в команде	7.2.2.1 - уметь обсуждать и демонстрировать лидерские навыки и навыки работы в команде;	3	11.10.22 12.10.22	
20	Техника безопасности. Изучение строевых упражнений	7.3.4.1 - определять потенциальную опасность и риски в различных контекстах физической подготовки, направленных на укрепление здоровья	1	18.10.22 19.10.22	
21-22	Техника безопасности. Изучение строевых упражнений	7.3.4.1 - определять потенциальную опасность и риски в различных контекстах физической подготовки, направленных на укрепление здоровья	2	18.10.22 19.10.22	
23-24	Лидерские навыки и навыки работы в команде	7.2.2.1 - уметь обсуждать и демонстрировать лидерские навыки и навыки работы в команде;	4	20.10.22	
25	Лидерские навыки и навыки работы в команде	7.2.2.1 - уметь обсуждать и демонстрировать лидерские навыки и навыки работы в команде;	1	27.10.22	

II Раздел
Взаимодействие
через командные
спортивные игры

II - четверть 24 ч

26	III Копирующие навыки и навыки по управлению телом	Техника безопасности. Изучение строевых упражнений	7.3.4.1 - определять потенциальную опасность, и риски в различных контекстах физической активности, направленных на укрепление здоровья	1	08.11.22
27		Техника безопасности. Изучение строевых упражнений	7.3.4.1 - определять потенциальную опасность, и риски в различных контекстах физической активности, направленных на укрепление здоровья	1	08.11.22
28		Комплексы акробатических элементов	7.3.2.1 - проводить общую разминку перед физическими занятиями и демонстрировать компоненты техники восстановления организма	1	10.11.22
29		Комплексы акробатических элементов	7.3.2.1 - проводить общую разминку перед физическими занятиями и демонстрировать компоненты техники восстановления организма	1	15.11.22
30		Комплексы акробатических элементов	7.1.2.1 - совершенствовать и обобщать комбинации движений и их последовательность при выполнении различных физических упражнений	1	15.11.22
31		Комплексы акробатических элементов	7.1.2.1 - совершенствовать и обобщать комбинации движений и их последовательность при выполнении различных физических упражнений	1	17.11.22
32		Разнообразие упражнений на гимнастических снарядах	7.1.5.1 - уметь создавать и оценивать простые тактики, стратегий и композиционные идеи в ряде физических упражнений	1	22.11.22
33		Разнообразие упражнений на гимнастических снарядах	7.1.5.1 - уметь создавать и оценивать простые тактики, стратегий и композиционные идеи в ряде физических упражнений	1	22.11.22
34		1.6 Смерчи, ураганы и бури Процесс создания выступления и оценка в группах	7.2.2.1 - уметь обсуждать и демонстрировать различные навыки работы в команде	1	24.11.22
35-36		Техника игры (баскетбол)	7.3.4.1 - определять потенциальную опасность, и риски в различных контекстах физической активности, направленных на укрепление здоровья	2	29.11.22

37-39	Техника игры (волейбол)	7.3.4.1 - определять потенциальную опасность, и риски в различных контекстах физической активности, направленных на укрепление здоровья;	3	01.12.22 06.12.22(2)
40-41	Тактика и тактические действия.	7.3.4.1 - определять потенциальную опасность и риски в различных контекстах физической активности, направленных на укрепление здоровья;	2	08.12.22 13.12.22
42-44	Тактика и тактические действия.	7.3.4.1 - определять потенциальную опасность и риски в различных контекстах физической активности, направленных на укрепление здоровья;	3	13.12.22 15.12.22 20.12.22
45-46	Казахские национальные и интеллектуальные игры	7.2.7.1 - обучать и адаптировать население, проживающее в этнокультурных, патристических, сотрудничестве во время соревнований;	3	20.12.22 22.12.22
47	IV Раздел. Национальные и интеллектуальные игры	7.2.5.1 - уметь обучать и демонстрировать ряд навыков совместной эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды	1	27.12.22
48-49	Интеллектуальные игры	7.2.6.1 - применять правила соревновательной деятельности и правила судейства;	2	27.12.22 29.12.22
III - четверть				
50	Техника безопасности. Развитие в технике восстановления для подводящих видов деятельности	7.3.4.1 - определять потенциальную опасность и риски в различных контекстах физической активности, направленных на укрепление здоровья;	1	10.01.23
51	Техника безопасности. Развитие в технике восстановления для подводящих видов деятельности	7.3.4.1 - определять потенциальную опасность и риски в различных контекстах физической активности, направленных на укрепление здоровья;	1	10.01.23
52	Техника безопасности. Развитие в технике восстановления для подводящих видов деятельности	7.3.4.1 - определять потенциальную опасность и риски в различных контекстах физической активности, направленных на укрепление здоровья;	1	12.01.23
53	Двигательные действия на улучшение силы и выносливости	7.3.1.1 - понимать и объяснять влияние спортивного образа жизни по отношению к собственному здоровью;	1	17.01.23
54	Двигательные действия на улучшение силы и выносливости	7.3.1.1 - понимать и объяснять влияние спортивного образа жизни по отношению к собственному здоровью;	1	17.01.23
55	Двигательные действия на улучшение силы и выносливости	7.3.1.1 - понимать и объяснять влияние спортивного образа жизни по отношению к собственному здоровью;	1	19.01.23
56	Специально-специфические упражнения для преодоления препятствий	7.1.3.1 - совершенствовать и обобщать навыки и последовательность действий при выполнении спортивно-специфических техник;	1	24.01.23

2.1 Загрязнение окружающей среды и возможные нарушения здоровья человека				
57	Специально-специфические упражнения для преодоления препятствий	7.1.3.1 - совершенствовать и обобщать навыки и последовательность движений при выполнении специально-специфических техник.	1	24.01.23
58	Специально-специфические упражнения для преодоления препятствий	7.1.3.1 - совершенствовать и обобщать навыки и последовательность движений при выполнении специально-специфических техник.	1	26.01.23
59	Специально-специфические упражнения для преодоления препятствий	7.3.3.1 - понимать преобразование физической подготовки организма при выполнении упражнений различных физических нагрузок и их влияние на энергетическую систему организма по внешним и внутренним признакам	1	31.01.23
60	Командная деятельность и лидерство в играх	7.3.4.1 - определять потенциальную опасность и риски в различных контекстах физической упрямлений, направленных на укрепление здоровья;	1	31.01.23
61-62	Командная деятельность и лидерство в играх	7.3.4.1 - определять потенциальную опасность и риски в различных контекстах физической упрямлений, направленных на укрепление здоровья;	2	09.03.23 09.02.23
63-64	Совершенствование навыков решения проблем посредством игр	7.2.8.1 - применять роли, обусловленные различными контекстами движений, и осознавать их различия;	2	04.03.23 09.03.23
65	Совершенствование навыков решения проблем посредством игр	7.2.8.1 - применять роли, обусловленные различными контекстами движений, и осознавать их различия;	1	14.02.23
66-67	2.3 Выявление отклонений в играх и их утилизация Совершенствование навыков решения проблем посредством игр	7.1.4.1 - уметь улучшать собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий	2	14.02.23 16.02.23
68	Совершенствование навыков решения проблем посредством игр	7.1.4.1 - уметь улучшать собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий	1	21.02.23
69-70	Совершенствование навыков решения проблем посредством игр	7.1.4.1 - уметь улучшать собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий	2	21.02.23 23.02.23
71-72	Совершенствование навыков решения проблем посредством игр	7.1.4.1 - уметь улучшать собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий	2	28.02.23 28.02.23
73-74	Совершенствование навыков решения проблем посредством игр	7.1.4.1 - уметь улучшать собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий	2	02.03.23 04.03.23
75	Создание альтернативных игровых ситуаций	7.2.5.1 - использовать собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения	2	02.03.23 09.03.23

VI Раздел -
Прикладно-методические
и
компонентнообразующие
элементы

76	Создание в группах игр-прикличаний	7.2.1.1 - совершенствовать приобретенные знания, связанные с движением, для реагирования на изменяющиеся обстоятельства.	1	14.03.23	
77	3.1. Формирование значимости подростка при взаимоотношениях со взрослыми Создание в группах игр-прикличаний	7.2.1.1 - совершенствовать приобретенные знания, связанные с движением, для реагирования на изменяющиеся обстоятельства.	2	14.03.23 16.03.23	
IV - четверть					
78-79	VII Раздел. Развитие навыков и понимания в играх вторжения	Техника безопасности Техника выполнения обработки мяча в игровых ситуациях	2	28.03.23 28.06.23	
80-81		Техника безопасности Техника выполнения обработки мяча в игровых ситуациях	2	30.03.23 04.04.23	
82-83		Развитие навыков ориентирования в пространстве и передачи мяча	2	04.04.23 06.04.23	
84-85		Развитие навыков ориентирования в пространстве и передачи мяча	2	11.04.23 11.04.23	
86-87		Развитие навыков ориентирования в пространстве и передачи мяча	4	13.04.23	
88-90		Техника выполнения обработки мяча в игровых ситуациях	2	18.04.23 18.04.23	
91-92		Тактические действия: индивидуальный, групповые, командные	4	20.04.23	
93		Тактические действия: индивидуальный, групповые, командные	1	25.04.23	
94-95		3.2 Стресс и его влияние на подростка Тактические действия: индивидуальный, групповые, командные	4	27.04.23	25.04
96	VIII раздел. Активный образ	Оздоровительный бег	1	29.04.23	29.04

97-98	Тактические действия: индивидуальные, групповые, командные	7.1.5.1 - уметь создавать и оценивать, простые тактико-стратегические и композиционные идеи в ряде физических упражнений	8	06.05.13 18.05.13	02.05 02.05
99	Оздоровительный бег	7.4.2.1 - понимать, что земля кора содержит много полезных химических соединений	1	04.05.13	04.05
100	Оздоровительный бег	7.4.2.1 - понимать, что земля кора содержит много полезных химических соединений	1	14.05.13	11.05
101	Игры с мячом: игровой, игровой с элементами	7.2.5.1 - использовать собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения	1	28.05.13	16.05.13
102	Игры с мячом: игровой, игровой с элементами	7.2.5.1 - использовать собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения	1	28.05.13	16.05
103	Разминка и средства восстановления	3.3 Взаимоотношения подростка и общества. Ответственность несовершеннолетних	1	18.05.13	18.05
104	Разминка и средства восстановления	7.3.3.1 - готовить требования к физической подготовке организма при выполнении упражнений различных физических нагрузок и их влияние на энергетическую систему организма по внешним и внутренним признакам	1	28.05	
105	Совершенствование движений при выполнении спортивно-специфических техник	7.3.3.1 - готовить требования к физической подготовке организма при выполнении упражнений различных физических нагрузок и их влияние на энергетическую систему организма по внешним и внутренним признакам	1	28.05.13	
106	Совершенствование движений при выполнении спортивно-специфических техник	7.3.3.1 - готовить требования к физической подготовке организма при выполнении упражнений различных физических нагрузок и их влияние на энергетическую систему организма по внешним и внутренним признакам	1	28.05.13	
107	Укрепление здоровья через двигательную активность	7.3.1.1 - готовить требования к физической подготовке организма при выполнении упражнений различных физических нагрузок и их влияние на энергетическую систему организма по внешним и внутренним признакам	1	30.05.13	
108	Укрепление здоровья через двигательную активность	7.3.1.1 - готовить требования к физической подготовке организма при выполнении упражнений различных физических нагрузок и их влияние на энергетическую систему организма по внешним и внутренним признакам	1	30.05.13	
	4.1 Первая медицинская помощь при ушибах и переломах, при кровотечении. Первая медицинская помощь при утоплении		1	30.05.13	