


«Рассмотрено»
Руководитель МО
ГОКУ «Специальная
(коррекционная) школа-
интернат № 6
г. Нижнеудинска»


Л.И. Шерстнева
Протокол № 4 от
28.08.2019 г

«Согласовано»
Заместитель директора
по УР


О.В. Худоногова
30.08.2019 г.

«Утверждено»
И.о. директора
ГОКУ «Специальная
(коррекционная) школа-
интернат № 6
г. Нижнеудинска»


Е.В. Черных
30.08.2019 г.



Физическая культура

для 6 класса

срок освоения программы 2019-2020 г
(умеренная умственная отсталость)

Учитель: Селезнев Сергей Александрович,
(первая квалификационная категория)

2019/2020 учебный год

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

по физической культуре
предмет

Класс 6

Учитель Селезнев С.А.

Количество часов

Всего 68час; в неделю 2 час.

Плановых контрольных уроков ____, тестов ____ ч.;

Планирование составлено на основе программы для специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида по физическому воспитанию под редакцией Мозгового В.М. «Владос», 2000 г. и является частью Федерального учебного плана для образовательных учреждений работающих с детьми имеющими ограниченные возможности здоровья.

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего часов	Дата	Корректировка	Форма организации учебных занятий	Виды контроля
Лёгкая атлетика (10 час)						
1	Инструктаж по технике безопасности в физкультурном зале, на спортивной площадке. Подготовка спортивной формы к занятиям. Спортивные игры	1	1.09			
2	Сочетание разновидностей ходьбы (на носках, на пятках, в полуприсяде, спиной вперед по инструкции учителя)	1	2.09			
3.	Пробегание отрезков 30м с высокого старта.		8.09			
4.	Бег 30м, прыжок в длину с места.	1	9.09			
5.	Метание малого мяча с места	1				
6.	Прыжок в длину с разбега. Метание малого мяча.	1				
7.	Прыжок в длину с разбега. Метание малого мяча.	1				
8.	Метание малого мяча на дальность.	1				
9.	Круговая эстафета с передачей эстафетной палочки.	1				
10.	Развитие выносливости. Бег 6 мин.	1				

Гимнастика и акробатика (14 час)						
11.	Вводный урок. Инструктаж по технике безопасности. Основы знаний.	1				
12.	Построение, перестроение на месте и в движении.	1				
13.	Общеразвивающие и корригирующие упражнения с предметами.	1				
14.	Подтягивание в висе (м); из виса лёжа.	1				
15.	Прыжки со скакалкой.	1				
16.	Лазание и перелезание	1				
17.	Лазание и перелезание	1				
18.	Упражнения в равновесии					
2 четверть						
19.	Акробатические упражнения (Кувырок вперёд и назад из положения упор присев)	1				
20.	Кувырок вперёд и назад из положения упор присев	1				
21.	Стойка на лопатках. Мост из положения лежа на спине.	1				
22.	Опорный прыжок ноги врозь (козёл в длину).	1				
23.	Развитие координационных способностей, ориентировка в пространстве, быстрота	1				

	реакций.					
24.	Развитие координационных способностей, ориентировка в пространстве, быстрота реакций.	1				
Спортивные игры. Пионербол (8 час)						
25.	Вводный урок. Инструктаж по технике безопасности. Основы знаний.	1				
26.	Пионербол. Ознакомление с правилами игры. Расстановка игроков на площадке. Учебная игра.	1				
27.	Обучение нападающему удару двумя руками сверху. Учебная игра.	1				
28.	Обучение ловли мяча после подачи. Повторение нападающего удара. Учебная игра.	1				
29.	Обучение боковой подаче. Повторение ловли мяча. Учебная игра.	1				
30.	Обучение боковой подаче. Повторение ловли мяча. Учебная игра.	1				
31.	Обучение розыгрышу мяча на 3 паса. Учебная игра.	1				
32.	Обучение розыгрышу мяча на 3 паса. Учебная игра.	1				
3 четверть						
Лыжная подготовка (12 час)						

33.	Вводный урок. Инструктаж по технике безопасности. Основы знаний.	1				
34.	Строевые упражнения с лыжами. Переноска лыж. Свободное катание.	1				
35.	Повторение передвижения ступающим и скользящим шагом по лыжне.	1				
36.	Обучение попеременному двухшажному ходу. Работа рук.	1				
37.	Обучение попеременному двухшажному ходу. Работа рук.	1				
38.	Обучение попеременному двухшажному ходу. Работа рук.	1				
39.	Обучение попеременному двухшажному ходу. Работа рук.	1				
40.	Повороты на лыжах вокруг носков лыж.	1				
41.	Обучение спуску со склона в низкой стойке, в основной стойке.	1				
42.	Обучение подъему по склону наискось и прямо, "лесенкой"	1				
43.	Повторение спуска и подъема со склона	1				
44.	Передвижение на лыжах до 1 км.	1				
Спортивные игры. Баскетбол. (14 час)						
45.	Вводный урок. Инструктаж по технике безопасности. Основы знаний.	1				
46.	Передача мяча с шагом и сменой места.	1				

59.	Прыжок в высоту с 3-5 шагов разбега.	1				
60	Прыжок в высоту с 3-5 шагов разбега.	1				
61.	Прыжок в высоту с 3-5 шагов разбега.	1				
62.	Подтягивание (м), вис (д).	1				
63.	Подъем туловища из положения лежа, роуки за головой за 30 сек	1				
64.	Развитие скоростных качеств. Бег 30 м., 60 м.	1				
65.	Развитие скоростных качеств. Бег 60 м.	1				
66.	Метание малого мяча на дальность. Ширина коридора 10 - 15 м.	1				
67.	Прыжки в длину с разбега	1				
68.	Развитие выносливости. Бег 1000м.					

