

Муниципальное образовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 3»

Выписка
из адаптированной основной общеобразовательной программы
образования обучающихся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями, вариант 1)

Адаптированная рабочая программа
учебного предмета
«Физическая культура»
ученика 3-а класса
Карякина Александра
на 2023-2024 г.

Выписка верна 29.08.2023

Директор Д.В.Ромашков

Аннотация к рабочей программе
учебного предмета «Физическая культура»

Адаптированная рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» обязательной предметной области «Физическая культура» разработана в соответствии **ФГОС НОО.**

Рабочая программа разработана учителем начальных классов Мартыновой Т.А. и определяет организацию образовательной деятельности учителя в школе по определенному *учебному предмету.*

Рабочая программа *учебного предмета* является частью АООП **НОО** определяющей:

- содержание;
- планируемые результаты (личностные, метапредметные и предметные);
- тематическое планирование с учетом рабочей программы воспитания и возможностью использования ЭОР/ЦОР.

Рабочая программа обсуждена и принята решением методического объединения и согласована заместителем директора по учебно-воспитательной работе МБОУ ДСОШ №3
Дата: 29.08.2023

Пояснительная записка

Рабочая программа по предмету «Физическая культура» для 3 класса составлена на основе следующих нормативных документов:

- Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (Приказ Министерства образования и науки РФ от 19.12.2014г. № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

- Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 22 декабря 2015 г. № 4/15)

- Федерального перечня учебников, утвержденного приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 20.05.2020г. № 254 (в ред. приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 23.12.2020г. № 766).

Рабочая программа рассчитана на 102 часа в год, 3 часа в неделю.

Физическая культура является составной частью образовательного процесса обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Она решает образовательные, воспитательные, коррекционно-развивающие и лечебно-оздоровительные задачи. Физическое воспитание рассматривается и реализуется комплексно и находится в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим, трудовым обучением; занимает одно из важнейших мест в подготовке этой категории обучающихся к самостоятельной жизни, производительному труду, воспитывает положительные качества личности, способствует социальной интеграции школьников в общество.

Основная цель изучения данного предмета заключается во всестороннем развитии личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в процессе приобщения их к физической культуре, коррекции недостатков психофизи-

ческого развития, расширении индивидуальных двигательных возможностей, социальной адаптации.

Основные задачи изучения предмета:

Разнородность состава учащихся начального звена по психическим, двигательным и физическим данным выдвигает ряд конкретных задач физического воспитания:

- коррекция нарушений физического развития;
- формирование двигательных умений и навыков;
- развитие двигательных способностей в процессе обучения;
- укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;
- раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;
- формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- поддержание устойчивой физической работоспособности на достигнутом уровне;
- формирование познавательных интересов, сообщение доступных теоретических сведений по физической культуре;
- воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями;
- воспитание нравственных, морально-волевых качеств (настойчивости, смелости), навыков культурного поведения;

Коррекция недостатков психического и физического развития с учетом возрастных особенностей обучающихся, предусматривает:

- обогащение чувственного опыта;
- коррекцию и развитие сенсомоторной сферы;
- формирование навыков общения, предметно-практической и познавательной деятельности.

Содержание учебного предмета

Содержание программы отражено в пяти разделах: «Знания о физической культуре», «Гимнастика», «Легкая атлетика», «Игры». Каждый из перечисленных разделов включает некоторые теоретические сведения и материал для практической подготовки обучающихся.

Программой предусмотрены следующие виды работы:

- беседы о содержании и значении физических упражнений для повышения качества здоровья и коррекции нарушенных функций;
- выполнение физических упражнений на основе показа учителя;
- выполнение физических упражнений без зрительного сопровождения, под словесную инструкцию учителя;
- самостоятельное выполнение упражнений;
- занятия в тренирующем режиме;
- развитие двигательных качеств на программном материале гимнастики, легкой атлетики, формирование двигательных умений и навыков в процессе подвижных игр.

Знания о физической культуре

Чистота одежды и обуви. Правила утренней гигиены и их значение для человека. Правила поведения на уроках физической культуры (техника безопасности). Чистота зала, снарядов. Значение физических упражнений для здоровья человека. Формирование понятий: опрятность, аккуратность. Физическая нагрузка и отдых. Физическое развитие. Осанка. Физические качества. Понятия о предварительной и исполнительной командах.

Предупреждение травм во время занятий. Значение и основные правила закаливания. Понятия: физическая культура, физическое воспитание.

Легкая атлетика

Теоретические сведения. Элементарные понятия о ходьбе, беге, прыжках и метаниях. Правила поведения на уроках легкой атлетики. Понятие о начале ходьбы и бега; ознакомление учащихся с правилами дыхания во время ходьбы и бега. Ознакомление учащихся с правильным положением тела во время выполнения ходьбы, бега, прыжков, метаний. Значение правильной осанки при ходьбе. Развитие двигательных способностей и физических качеств средствами легкой атлетики.

Практический материал:

Ходьба. Ходьба парами по кругу, взявшись за руки. Обычная ходьба в умеренном темпе в колонне по одному в обход зала за учителем. Ходьба по прямой линии, ходьба на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы. Ходьба с сохранением правильной осанки. Ходьба в чередовании с бегом. Ходьба с изменением скорости. Ходьба с различным положением рук: на пояс, к плечам, перед грудью, за голову. Ходьба с изменением направлений по ориентирам и командам учителя. Ходьба с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра. Ходьба в медленном, среднем и быстром темпе. Ходьба с выполнением упражнений для рук в чередовании с другими движениями; со сменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т. д. Ходьба шеренгой с открытыми и с закрытыми глазами.

Бег. Перебежки группами и по одному 15—20 м. Медленный бег с сохранением правильной осанки, бег в колонне за учителем в заданном направлении. Чередование бега и ходьбы на расстоянии. Бег на носках. Бег на месте с высоким подниманием бедра. Бег с высоким подниманием бедра и захлестыванием голени назад. Бег с преодолением простейших препятствий (канавки, подлезание под сетку, обегание стойки и т. д.). Быстрый бег на скорость. Медленный бег. Чередование бега и ходьбы. Высокий старт. Бег прямолинейный с параллельной постановкой стоп. Повторный бег на скорость. Низкий старт. Специальные беговые упражнения: бег с подниманием бедра, с захлестыванием голени назад, семенящий бег. Челночный бег.

Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте и с продвижением вперед, назад, вправо, влево. Перепрыгивание через начерченную линию, шнур, набивной мяч. Прыжки с ноги на ногу на отрезках до. Подпрыгивание вверх на месте с захватом или касанием висящего предмета (мяча). Прыжки в длину с места. Прыжки на одной ноге на месте, с продвижением вперед, в стороны. Прыжки с высоты с мягким приземлением. Прыжки в длину и высоту с шага. Прыжки с небольшого разбега в длину. Прыжки с прямого разбега в длину. Прыжки в длину с разбега без учета места отталкивания. Прыжки в высоту с прямого разбега способом «согнув ноги». Прыжки в высоту способом «перешагивание».

Метание. Правильный захват различных предметов для выполнения метания одной и двумя руками. Прием и передача мяча, флажков, палок в шеренге, по кругу, в колонне. Произвольное метание малых и больших мячей в игре. Броски и ловля волейбольных мячей. Метание колец на шести. Метание с места малого мяча в стенку правой и левой рукой. Метание большого мяча двумя руками из-за головы и снизу с места в стену. Броски набивного мяча (1 кг) сидя двумя руками из-за головы. Метание теннисного мяча с места одной рукой в стену и на дальность. Метание мяча с места в цель. Метание мячей с места в цель левой и правой руками. Метание теннисного мяча на дальность отскока от баскетбольного щита. Метание теннисного мяча на дальность с места. Броски набивного мяча (вес до 1 кг) различными способами двумя руками.

Гимнастика

Теоретические сведения. Одежда и обувь гимнаста. Элементарные сведения о гимнастических снарядах и предметах. Правила поведения на уроках гимнастики. Понятия: колонна, шеренга, круг. Элементарные сведения о правильной осанке, равновесии. Элементарные сведения о скорости, ритме, темпе, степени мышечных усилий.

Развитие двигательных способностей и физических качеств с помощью средств гимнастики.

Практический материал.

Построения и перестроения.

Упражнения без предметов (корректирующие и общеразвивающие упражнения):

основные положения и движения рук, ног, головы, туловища; упражнения для расслабления мышц; мышц шеи; укрепления мышц спины и живота; развития мышц рук и плечевого пояса; мышц ног; на дыхание; для развития мышц кистей рук и пальцев; формирования правильной осанки; укрепления мышц туловища.

Упражнения с предметами:

с гимнастическими палками; флажками; малыми обручами; малыми мячами; большим мячом; набивными мячами (вес 2 кг); упражнения на равновесие; лазанье и перелезание; упражнения для развития пространственно-временной дифференцировки и точности движений; переноска грузов и передача предметов; прыжки.

Игры

Теоретические сведения. Элементарные сведения о правилах игр и поведении во время игр. Правила игр. Элементарные игровые технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником). Элементарные сведения по овладению игровыми умениями (ловля мяча, передача, броски, удары по мячу)

Практический материал. *Подвижные игры:*

Коррекционные игры;

Игры с элементами общеразвивающих упражнений:

игры с бегом; прыжками; лазанием; метанием и ловлей мяча (в том числе пионербол в IV-м классе); построениями и перестроениями; бросанием, ловлей, метанием. Планируемые результаты освоения учебного предмета.

Физическая культура

Минимальный уровень:

представления о физической культуре как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

выполнение комплексов утренней гимнастики под руководством учителя;

знание основных правил поведения на уроках физической культуры и осознанное их применение;

выполнение несложных упражнений по словесной инструкции при выполнении строевых команд;

представления о двигательных действиях; знание основных строевых команд; подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;

ходьба в различном темпе с различными исходными положениями;

взаимодействие со сверстниками в организации и проведении подвижных игр, элементов соревнований; участие в подвижных играх и эстафетах под руководством учителя;

знание правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

Достаточный уровень:

практическое освоение элементов гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр и других видов физической культуры;

самостоятельное выполнение комплексов утренней гимнастики;

владение комплексами упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища; участие в оздоровительных занятиях в режиме дня (физкультминутки);

выполнение основных двигательных действий в соответствии с заданием учителя: бег, ходьба, прыжки и др.;

подача и выполнение строевых команд, ведение подсчёта при выполнении общеразвивающих упражнений.

совместное участие со сверстниками в подвижных играх и эстафетах;

оказание посильной помощи и поддержки сверстникам в процессе участия в подвижных играх и соревнованиях;

знание спортивных традиций своего народа и других народов;

знание способов использования различного спортивного инвентаря в основных видах двигательной активности и их применение в практической деятельности;

знание правил и техники выполнения двигательных действий, применение усвоенных правил при выполнении двигательных действий под руководством учителя;

знание и применение правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием в повседневной жизни;

соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

Планируемые результаты

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты освоения программы по физической культуре на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы следующие личностные результаты:

- становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание её связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека;

- формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;

- проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ошибках;

- уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;

- стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;

- проявление интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на их показатели.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы познавательные универсальные учебные действия, коммуникативные универсальные учебные действия, регулятивные универсальные учебные действия, совместная деятельность.

Познавательные универсальные учебные действия:

- понимать историческую связь развития физических упражнений с трудовыми действиями, приводить примеры упражнений древних людей в современных спортивных соревнованиях;
- объяснять понятие «дозировка нагрузки», правильно применять способы её регулирования на занятиях физической культурой;
- понимать влияние дыхательной и зрительной гимнастики на предупреждение развития утомления при выполнении физических и умственных нагрузок;
- обобщать знания, полученные в практической деятельности, выполнять правила поведения на уроках физической культуры, проводить закаливающие процедуры, занятия по предупреждению нарушения осанки;
- вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и физических качеств в течение учебного года, определять их приросты по учебным четвертям (триместрам).

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- организовывать совместные подвижные игры, принимать в них активное участие с соблюдением правил и норм этического поведения;
- правильно использовать строевые команды, названия упражнений и способов деятельности во время совместного выполнения учебных заданий;
- активно участвовать в обсуждении учебных заданий, анализе выполнения физических упражнений и технических действий из осваиваемых видов спорта;
- делать небольшие сообщения по результатам выполнения учебных заданий, организации и проведения самостоятельных занятий физической культурой.

Регулятивные универсальные учебные действия:

- контролировать выполнение физических упражнений, корректировать их на основе сравнения с заданными образцами;
- взаимодействовать со сверстниками в процессе учебной и игровой деятельности, контролировать соответствие выполнения игровых действий правилам подвижных игр;
- оценивать сложность возникающих игровых задач, предлагать их совместное коллективное решение.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- соблюдать правила во время выполнения гимнастических и акробатических упражнений, легкоатлетической, лыжной, игровой и плавательной подготовки;
- демонстрировать примеры упражнений общеразвивающей, подготовительной и соревновательной направленности, раскрывать их целевое предназначение на занятиях физической культурой;
- измерять частоту пульса и определять физическую нагрузку по её значениям с помощью таблицы стандартных нагрузок;
- выполнять упражнения дыхательной и зрительной гимнастики, объяснять их связь с предупреждением появления утомления;
- выполнять движение противходом в колонне по одному, перестраиваться из колонны по одному в колонну по три на месте и в движении;
- выполнять ходьбу по гимнастической скамейке с высоким подниманием колен и изменением положения рук, поворотами в правую и левую сторону, двигаться приставным шагом левым и правым боком, спиной вперёд;

- передвигаться по нижней жерди гимнастической стенки приставным шагом в правую и левую сторону, лазать разноимённым способом;
- демонстрировать прыжки через скакалку на двух ногах и попеременно на правой и левой ноге;
- демонстрировать упражнения ритмической гимнастики, движения танцев галоп и полька;
- выполнять бег с преодолением небольших препятствий с разной скоростью, прыжки в длину с разбега способом согнув ноги, броски набивного мяча из положения сидя и стоя;
- выполнять технические действия спортивных игр: баскетбол (ведение баскетбольного мяча на месте и движении), волейбол (приём мяча снизу и нижняя передача в парах), футбол (ведение футбольного мяча змейкой);
- выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приросты в их показателях.

Тематическое планирование

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Воспитательный компонент
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Знания о физической культуре	10	0	0	https://edsoo.ru http://school-collection.edu.ru https://archive.prosv.ru	Утренняя зарядка – залог хорошего дня
2	Легкая атлетика		0	0	https://edsoo.ru http://school-collection.edu.ru https://archive.prosv.ru	Где зародились олимпийские игры
3	Гимнастика		0	0	https://edsoo.ru http://school-collection.edu.ru https://archive.prosv.ru	Беседа о пользе закаливания
4	Игры		0	0	https://edsoo.ru http://school-collection.edu.ru https://archive.prosv.ru	Моя любимая игра
5					https://edsoo.ru http://school-collection.edu.ru https://archive.prosv.ru	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	0	0		

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов			Дата	
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	план	факт
1	Вводный инструктаж по технике безопасности на уроках физической культуры. Встречная эстафета.	1	0	0	1.09	
2-4	Низкий старт. Стартовое ускорение. Бег на короткие дистанции: 30м; 60м.	3	0	0	4.09 5.09 11.09	
5-6	ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Челночный бег (3x10).	2	0	0	12.09 15.09	
7-8	Бег 500 метров. Эстафета.	2	0	0	18.09 19.09	
9-10	Равномерный бег 6 мин. Эстафета.	2	0	0	22.09 25.09	
11-12	Беговые упражнения. Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги».	2	0	0	26.09 29.09	
13-14	ОРУ без предметов. Прыжки в длину с места.	2	0	0	2.10 3.10	
15-16	Метание малого мяча на дальность.	2	0	0	6.10 9.10	
17-18	Метание набивного мяча.	2	0	0	10.10 13.10	
19	Повторный инструктаж по технике безопасности. Подвижные игры.	1	0	0	16.10	
20-21	Прыжки через гимнастическую скакалку. Эстафета.	2	0	0	17.10 20.10	
22-23	Метание малого мяча в цель с расстояния 4-5 метров.	2	0	0	23.10 24.10	
24-26	Прыжки в высоту способом ножницы. Эстафеты с мячом.	3	0	0	27.10 7.11 10.11	
27-28	Преодоление полосы препятствий.	2	0	0	13.11 14.11	
29-30	ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Сгибание рук в упоре лёжа.	2	0	0	17.11 20.11	
31	Специальные беговые упражнения. Эстафеты, подвижные игры.	1	0	0	21.11	
32-33	ТБ на уроках гимнастики. Строевые упражнения: поворот направо, налево,	2	0	0	24.11 27.11	

	кругом. Перекаты и группировка. Подвижная игра «Что изменилось».					
34-35	ОРУ без предметов. Перекат и группировка, стойка на лопатках, мост из положения лежа. Строевые упражнения: поворот направо, налево, кругом. Подвижная игра «Соловушки».	2	0	0	28.11 1.12	
36-37	ОРУ. Мост с помощью и самостоятельно. Подвижная игра «Точный поворот».	2	0	0	4.12 5.12	
38-39	Строевые упражнения. Передвижение по диагонали, «змейкой». Кувырок назад и перекат, стойка на лопатках.	2	0	0	8.12 11.12	
40-41	Лазанье по шведской стенке, по наклонной скамейке в упоре лёжа, подтягиваясь руками. Перелазание через препятствие. Подвижная игра «Прокати быстрее мяч».	2	0	0	12.12 15.12	
42-43	ОРУ в движении. Опорный прыжок на горку матов. Вскок в упор на колени на гимнастического козла, соскок взмахом рук. Подвижная игра «Лисы и куры».	2	0	0	18.12 19.12	
44-45	ОРУ с обручем. Опорный прыжок на горку матов. Подвижная игра «Верёвочка под ногами».	2	0	0	22.12 25.12	
46	Строевые упражнения. ОРУ с гимнастическими палками. Вис на перекладине. Эстафеты.	1	0	0	26.12	
47	Инструктаж по технике безопасности на уроках подвижных игр.	1	0	0	29.12	
48-49	ОРУ. Подвижные игры с элементами строевых упражнений. Эстафеты.	2	0	0	8.01 9.01	
50	ОРУ. Подвижные игры с элементами ходьбы, бега.	1	0	0	12.01	
51-52	ОРУ. Подвижные игры с	2	0	0	15.01	

	элементами ходьбы, бега, прыжков.				16.01	
53	ОРУ. Подвижные игры с элементами ходьбы, бега, прыжков. Контроль: челночный бег 3x10.	1	0	0	19.01	
54-55	ОРУ. Подвижные игры с мячом. Упражнения на развитие силы мышц брюшного пресса.	2	0	0	22.01 23.01	
56	ОРУ. Подвижные игры с мячом. Контроль: подъем туловища из положения лежа.	1	0	0	26.01	
57-58	ОРУ. Подвижные игры на развитие скоростно-силовых качеств.	2	0	0	29.01 30.01	
59	ОРУ. Подвижные игры на развитие скоростно-силовых качеств. Контроль: подтягивания на перекладине.	1	0	0	2.02	
60	Передача и ловля мяча на месте двумя руками снизу, сверху.	1	0	0	5.02	
61-62	Передача и ловля мяча на месте двумя руками снизу, сверху. Ведение мяча стоя на месте: правой и левой руками.	2	0	0	6.02 9.02	
63	Бросок мяча на месте двумя руками от груди. Ведение мяча в движении шагом по прямой.	1	0	0	12.02	
64	Повторный инструктаж по технике безопасности.	1	0	0	13.02	
65-66	Бросок мяча на месте двумя руками от груди. Ведение мяча в движении шагом по прямой, с изменением направления движения.	2	0	0	16.02 19.02	
67-68	Бросок мяча на месте одной рукой от плеча. Ведение мяча в движении шагом с изменением направления движения.	2	0	0	20.02 23.02	
69-70	Ведение мяча в движении бегом с изменением направления движения, бросок мяча одной рукой от плеча.	2	0	0	26.02 27.02	
71-72	Ведение мяча в движении	2	0	0	1.03	

	бегом. Передача мяча двумя руками от груди после шага вперед.				4.03	
73-74	Бросок мяча в кольцо после ведения мяча с места.	2	0	0	5.03 8.03	
75-76	Эстафеты с элементами спортивных игр.	2	0	0	11.03 12.03	
77	Повторный инструктаж по технике безопасности по лёгкой атлетике.	1	0	0	15.03	
78-79	Разновидности ходьбы.	2	0	0	18.03 19.03	
80-81	ОРУ в движении. Разновидности ходьбы. Ходьба с выполнением упражнений для рук.	2	0	0	22.03 1.04	
82-83	Низкий старт. Стартовое ускорение. Бег на короткие дистанции 30 м.	2	0	0	2.04 5.04	
84-85	Бег на скорость 40 м. Челночный бег.	2	0	0	8.04 9.04	
86-87	Прыжки в длину с места.	2	0	0	12.04 15.04	
88	Повторный инструктаж по технике безопасности.	1	0	0	16.04	
89-91	Метание малого мяча на дальность в горизонтальную и вертикальную цель.	3	0	0	19.04 22.04 23.04	
92-93	Бег на длинные дистанции.	2	0	0	26.04 29.04	
94-95	СБУ. Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги».	2	0	0	30.04 3.05	
96-97	Прыжки через гимнастическую скакалку. Эстафета.	2	0	0	6.05 7.05	
99	День здоровья.	1	0	0	10.05	
100-101	Преодоление полосы препятствий.	2	0	0	13.05 14.05	
102	Подведение итогов. Эстафеты, игры.	1	0	0	17.05	
Итого		102	0	0		