

Учебно-тематический график

№ п/п	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля	Планируемая дата проведения занятия	Фактическая дата проведения занятия	Причина изменения даты
	1 модуль	40	1.Мы выбираем здоровье					
1.	Беседа, выполнение контрольных нормативов	1	Проведение инструктажа по ТБ. Проведение контрольных испытаний на гибкость, силу и т.п.	Зал физической подготовки	Выполнение контрольных нормативов, беседа			
2.	Практическое занятие	1	Спортивно-оздоровительные системы физических упражнений	Спортивная площадка детского дома	Выполнение контрольных нормативов, беседа			
3.	Беседа, практическое занятие	1	Системы дыхания, кровообращения, энергообеспечения при мышечных нагрузках, возможности их развития и совершенствования средствами физической культуры	Зал физической подготовки, спортивная площадка детского дома	Выполнение контрольных нормативов, беседа			
4.	Беседа, практическое занятие	1	Что такое профилактика заболеваний. Как осуществляется коррекция.	Зал физической подготовки,				

				спортивная площадка детского дома				
5.	Беседа, практическая работа	1	Правила использования спортивного инвентаря и оборудования. Слагаемые ЗОЖ	Зал физической подготовки	Наблюдение			
6.	Беседа,	1	Правильная осанка. Фиксация осанки	Зал физической подготовки	Наблюдение			
7.	Практическое занятие	1	Укрепление мышц спины	Зал физической подготовки, спортивная площадка детского дома	Наблюдение			
8.	Практическое занятие	1	Укрепление мышц тела	Зал физической подготовки, спортивная площадка детского дома	Наблюдение			
9.	Беседа, выполнение контрольных нормативов	1	Здоровый позвоночник – здоровый организм	Зал физической подготовки, спортивная площадка детского дома				
10.	Беседа, выполнение контрольных нормативов	1	Гимнастика – базовые упражнения	Зал физической подготовки	Наблюдение			

11.	Беседа, практическое занятие	1	Укрепление мышц спины	Зал физической подготовки, спортивная площадка детского дома				
12.	Беседа, практическое занятие	1	Изучение вида, степени и формы сколиоза	Зал физической подготовки				
13.	практическое занятие	1	Укрепление мышц тела	Зал физической подготовки, спортивная площадка детского дома				
14.	Практическое занятие	1	Закрепление базовых упражнения на укрепление мышц спины	Зал физической подготовки, спортивная площадка детского дома				
15.	Практическое занятие	1	Контрольные упражнения	Зал физической подготовки, спортивная площадка детского дома	Выполнение контрольных нормативов			
16.	Беседа, практическое занятие	1	Что такое плоскостопие	Зал физической подготовки	Беседа			
17.	Беседа, практическое занятие	1	Упражнения на месте	Зал	Наблюдени			

				физической подготовки	е			
18.	Беседа, практическое занятие	1	Упражнения передвижением с	Зал физической подготовки, спортивная площадка детского дома				
19.	Игра	1	Подвижные игры с мячом	Спортивная площадка детского дома	Наблюдение			
20.	Самостоятельная работа	1	Упражнения самостоятельного выполнения для	Зал физической подготовки, спортивная площадка детского дома	Наблюдение			
21.	Беседа, практическое занятие	1	Олимпийские игры – спорт, который объединяет	Спортивная площадка детского дома	Беседа			
22.	Беседа, игра	1	Командные виды спорта	Спортивная площадка детского дома				
23.	Беседа, практическое занятие	1	Координация движения тела	Спортивная площадка детского дома	Выполнение контрольных нормативов			
24.	Практическое занятие	1	Передвижения в пространстве	Спортивная площадка				

				детского дома				
25.	Практическое занятие	1	Действия в усложненной обстановке	Спортивная площадка детского дома	Наблюдение			
26.	Игра	1	Футбол / минифутбол	Зал физической подготовки / спортивная площадка детского дома	Наблюдение			
27.	Практическое занятие	1	Упражнение на развитие вестибулярного аппарата	Зал физической подготовки	Наблюдение			
28.	Практическое занятие	1	Определения «пространство», «ориентир», «пространственно-ориентационные способности»	Зал физической подготовки / спортивная площадка детского дома	Беседа			
29.	Практическое занятие	1	Измерение пространства	Зал физической подготовки / спортивная площадка детского дома	Наблюдение			
30.	Практическое занятие	1	Нахождение в пространстве	Зал физической подготовки / спортивная площадка детского дома				

31.	Игра	1	Подвижные игры	Зал физической подготовки, спортивная площадка детского дома				
32.	Практическое занятие	1	Спортивная эстафета	Зал физической подготовки, спортивная площадка детского дома				
33.	Практическое занятие	1	Измерение пространства	Зал физической подготовки / спортивная площадка детского дома	Наблюдение			
34.	Беседа, практическое занятие	1	Определение «осанка», виды, причины нарушения	Зал физической подготовки	Беседа			
35.	Беседа, практическое занятие	1	Упражнения с гимнастической палкой	Зал физической подготовки	Наблюдение			
36.	Беседа, практическое занятие	1	Упражнения с набивным мячом	Зал физической подготовки	Наблюдение			
37.	Беседа, практическое занятие	1	Упражнения со скакалкой	Зал физической подготовки	Наблюдение			

38.	Беседа, практическое занятие	1	Упражнения с обручем		Наблюдение			
39.	Беседа, практическое занятие	1	Упражнения на укрепление мышц спины	Зал физической	Наблюдение			
40.	Беседа, практическое занятие	1	Упражнения на гибкость	Зал физической подготовки	Наблюдение			
41-108	2 модуль	68	2. Общая физическая подготовка					
41.	Практическое занятие	1	Катание на коньках	Каток				
42.	Практическое занятие	1	Хоккей с мячом: отработка ведения мяча	Спортивная площадка детского дома				
43.	Практическое занятие	1	Хоккей с мячом: отработка паса	Спортивная площадка детского дома				
44.	Практическое занятие	1	Катание на коньках	Каток				
45.	Практическое занятие	1	Хоккей с мячом: конкурс на лучшего вратаря	Спортивная площадка детского дома				
46.	Практическое занятие	1	Игра в хоккей с мячом	Спортивная площадка детского дома				
47.	Практическое занятие	1	Хоккей с мячом: отработка броска	Спортивная площадка детского дома				
48.	Практическое занятие	1	Хоккей с мячом: схемы игры	Спортивная площадка детского дома				

49.	Практическое занятие	1	Игра в хоккей с мячом	Спортивная площадка детского дома	Выполнение контрольных нормативов			
50.	Практическое занятие	1	Катание на коньках	Каток	Выполнение контрольных нормативов			
51.	Практическое занятие	1	Катание на коньках с клюшкой	Каток				
52.	Практическое занятие	1	Игра в хоккей с мячом на коньках	Каток				
53.	Практическое занятие	1	Разновидности прыжков Эстафеты	Зал физической подготовки, спортивная площадка детского дома	Беседа			
54.	Практическое занятие	1	Равномерный медленный бег до 10мин Разновидности прыжков Игры	Зал физической подготовки, спортивная площадка детского дома				
55.	Практическое занятие	1	Игры с прыжками с использованием скакалки Бег с ускорением от 10-15м	Зал физической подготовки	Выполнение контрольных			

					нормативов			
56.	Практическое занятие	1	Кросс по слабопересеченной местности до 1км. Метание малого мяча	Спортивная площадка детского дома				
57.	Практическое занятие	1	Челночный бег 3х5; 3х10м Игры на развитие ловкости	Зал физической подготовки, спортивная площадка детского дома	Выполнение контрольных нормативов			
58.	Практическое занятие	1	Упражнения с предметами на развитие координации движений	Зал физической подготовки, спортивная площадка детского дома				
59.	Практическое занятие	1	Упражнения на развитие гибкости Группировка Перекаты в группировке	Зал физической подготовки				
60.	Практическое занятие	1	Висы и упоры	Зал физической подготовки, спортивная площадка детского дома				
61.	Практическое занятие	1	Лазанья и перелазанья	Зал физической подготовки, спортивная площадка				

				детского дома				
62.	Практическое занятие	1	Упражнения на освоение навыков равновесия	Зал физической подготовки, спортивная площадка детского дома				
63.	Практическое занятие	1	Игры на развитие быстроты реакции	Зал физической подготовки, спортивная площадка детского дома				
64.	Практическое занятие	1	Упражнения с набивными мячами	Зал физической подготовки				
65.	Практическое занятие	1	Упражнения с гантелями	Зал физической подготовки				
66.	Практическое занятие	1	Упражнения со скакалкой	Зал физической подготовки				
67.	Практическое занятие	1	Упражнения с волейбольными мячами	Зал физической подготовки				
68.	Практическое занятие	1	Упражнения с различными мячами	Зал физической подготовки				
69.	Практическое занятие	1	Силовые упражнения Упражнения с партнером	Зал физической				

				подготовки, спортивная площадка детского дома				
70.	Беседа, практическое занятие	1	Техника безопасности при игре с мячом Игры с мячом	Зал физической подготовки				
71.	Практическое занятие	1	Ловля и передача мяча двумя руками от груди	Зал физической подготовки	Наблюдени е			
72.	Практическое занятие	1	Передача мяча одной рукой от плеча	Зал физической подготовки	Наблюдени е			
73.	Практическое занятие	1	Передача мяча двумя руками из-за головы Передача мяча двумя руками с отскоком от пола	Зал физической подготовки	Наблюдени е			
74.	Практическое занятие	1	Ведение мяча ведущей рукой стоя на месте	Зал физической подготовки				
75.	Практическое занятие	1	Ведение мяча правой и левой рукой стоя на месте	Зал физической подготовки				
76.	Практическое занятие	1	Ведение мяча правой и левой рукой поочередно стоя на месте и в движении	Зал физической подготовки				
77.	Практическое занятие	1	Эстафеты с мячом	Зал физической подготовки				
78.	Практическое занятие	1	Бросок мяча двумя руками	Зал				

			снизу и ловля мяча	физической подготовки				
79.	Практическое занятие	1	Ловля и бросок мяча двумя руками от груди	Зал физической подготовки				
80.	Практическое занятие	1	Бросок мяча через сетку двумя руками из-за головы	Зал физической подготовки				
81.	Практическое занятие	1	Бросок мяча одной рукой от плеча	Зал физической подготовки				
82.	Практическое занятие	1	Закрепление навыков ловли и передачи мяча	Зал физической подготовки	Наблюдение			
83.	Практическое занятие	1	Подвижные игры	Спортивная площадка детского дома				
84.	Практическое занятие	1	Спортивные игры	Спортивная площадка детского дома				
85.	Практическое занятие	1	Игры с различными предметами	Спортивная площадка детского дома				
86.	Практическое занятие	1	Игры с различными предметами	Спортивная площадка детского дома				
87.	Практическое занятие	1	Игры с различными предметами	Спортивная площадка детского дома				

88.	Практическое занятие	1	Игры с мячом	Зал физической подготовки, спортивная площадка детского дома				
89.	Практическое занятие	1	Игры с мячом	Зал физической подготовки, спортивная площадка детского дома				
90.	Практическое занятие	1	Игры с мячом	Зал физической подготовки, спортивная площадка детского дома				
91.	Практическое занятие	1	Мини-футбол	Зал физической подготовки, спортивная площадка детского дома	Наблюдение			
92.	Практическое занятие	1	Учебная игра в минифутбол	Зал физической подготовки, спортивная площадка детского дома				
93.	Практическое занятие	1	Игры на развитие скоростно-	спортивная				

			силовых способностей	площадка детского дома				
94.	Практическое занятие	1	Игры на совершенствование метаний	спортивная площадка детского дома				
95.	Практическое занятие	1	Игры на развитие координации движений	Зал физической подготовки, спортивная площадка детского дома				
96.	Практическое занятие	1	Игры на закрепление навыков бега	Зал физической подготовки, спортивная площадка детского дома				
97.	Практическое занятие	1	Игры на совершенствование навыков прыжков	Зал физической подготовки, спортивная площадка детского дома				
98.	Практическое занятие	1	Игры на развитие способности ориентированию	Зал физической подготовки, спортивная площадка детского дома				
99.	Практическое занятие	1	Разновидности ходьбы и бега Бег с преодолением	спортивная площадка				

			препятствий	детского дома				
100.	Практическое занятие	1	Равномерный медленный бег до 10 мин Бег с ускорением	спортивная площадка детского дома				
101.	Практическое занятие	1	Бег с ускорением от 10 до 15м Игры с элементами легкой атлетики	спортивная площадка детского дома				
102.	Практическое занятие	1	Метание малого мяча Игра :Русская лапта	спортивная площадка детского дома				
103.	Практическое занятие	1	Прыжки. Бросок набивного мяча Игра: Русская лапта	Зал физической подготовки, спортивная площадка детского дома				
104.	Практическое занятие	1	Игры и эстафеты	спортивная площадка детского дома				
105.	Практическое занятие	1	Игры и эстафеты	спортивная площадка детского дома				
106.	Практическое занятие	1	Игры и эстафеты	спортивная площадка детского дома	Наблюдение			
107.	Практическое занятие	1	Разновидности прыжков Эстафеты	спортивная площадка детского дома				
108.	Практическое занятие	1	Итоговое занятие	Зал физической				

				ПОДГОТОВКИ				
108		108						

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЁННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ-СИРОТ И ДЕТЕЙ, ОСТАВШИХСЯ БЕЗ ПОПЕЧЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ - УЛЬЯНОВСКИЙ СПЕЦИАЛЬНЫЙ (КОРРЕКЦИОННЫЙ) ДЕТСКИЙ ДОМ ДЛЯ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ "ГНЁЗДЫШКО" - ЦЕНТР ПО РАЗВИТИЮ СЕМЕЙНЫХ ФОРМ УСТРОЙСТВА И СОПРОВОЖДЕНИЮ СЕМЕЙ И ДЕТЕЙ, Явкина Ирина Юрьевна, Директор

25.01.24 11:15
(MSK)

Сертификат 127A157EB5D4871189D2C5F926B0D60F